الأنوثة الإلـهية

في كل الأناجيل القانونية، يوصف يسوع بأنه كان يتمتع بعلاقة خاصة مع الحكمة. إنه يتحدث بالأمثال عن الحكمة. يدّعي أنه يعلّم الحكمة. لكن هناك شيء أزالته الكنيسة من كل نص.

لم تكن الحكمة مفهوماً علّمه يسوع. كانت الحكمة كائناً يعبده يسوع. كان اسمها صوفيا. في كتاب "بيستيس صوفيا"، وهو أحد أكثر النصوص الغنوصية اكتمالاً التي تم العثور عليها على الإطلاق، لم يذكر يسوع صوفيا بشكل عابر. يقضي التدريس بأكمله في شرح من هي.

صوفيا هي أم كل الوعي. إنها الوجه الأنثوي للموناد. سقطت من البليروما إلى المادة لانقاذ شظايا النور الإلهي التي حاصرها الأركونات. لم آتِ لإنقاذكم. جئت لأذكركم بأن صوفيا قد فعلت ذلك بالفعل.

ولهذا السبب تم محو كل إشارة إليها بشكل منهجي. لأنه إذا كان يسوع يعبد كائناً إلهياً أنثوياً، وإذا كان يعلم أن أم كل الوعي أنثى، وإذا كان يدعي أن الخلاص يأتي من خلالها وليس من خلاله، فإن البنية الأبوية للمسيحية بأكملها تنهار.

ضع يدك على قلبك الآن. ليس صدرك، بل قلبك الحقيقي، الجانب الأيسر. هذا هو المكان الذي يترسخ فيه وجود صوفيا في جسم الإنسان. في كل مرة تشعر فيها بالتعاطف، وفي كل مرة تختبر فيها معرفة غير مشروطة، وفي كل مرة تختار فيها البناء بدلاً من التدمير، فهذا ليس مجرد شعور عشوائي. هذا هو تأثير صوفيا من خلالك.

تصف تاب بيستيس صوفيا سقوطها في المادة. لم تسقط بسبب الخطيئة أو الخطأ. لقد سقطت عمداً. رأت شظايا النور الإلهي محاصرة في النظام الأركوني، فنزلت إلى العالم المادي لإنشاء طريق إنقاذ. لكن الهبوط كان مؤلماً للغاية، وكثيفاً لدرجة أنها نسيت طبيعتها الإلهية. لقد وقعت في فخ ما يسميه النص بالفوضى، عالم المادة والارتباك.

حتى نهاية هذا المقال، ستتعرف على السجل التاريخي الكامل لكيفية إزالة صوفيا بشكل منهجي من الكتاب المقدس المسيحي، والتقنيات الدقيقة للتعرف على وجودها في وعيك.

الهيكل الثلاثي للممارسة الذي استخدمته المجتمعات الغنوصية المبكرة لتفعيل وعي صوفيا. علم الأعصاب الذي يفسر سبب إحداث هذه الممارسات تغييرات قابلة للقياس في الإدراك واتخاذ القرارات، وبروتوكول تكامل لمدة 30 يومًا يمكنك البدء به الليلة.

هذا ليس مجرد نظرية. هذا ليس مجازاً. هذا استعادة للتكنولوجيا الروحية العملية التي تم إخفاؤها عمداً لأنها جعلت الدين المؤسسي لا قيمة له. إن كتاب "بيستيس صوفيا" نفسه هو نص قبطي من القرن الثالث تم اكتشافه في عام 1773 على الرغم من أن التعاليم التي يحتويها مؤرخة من قبل العلماء إلى القرن الثاني على الأقل وربما قبل ذلك.

توجد المخطوطة حاليًا في المكتبة البريطانية تحت الرمز 514ADMS. يتألف من أربعة كتب يبلغ مجموع صفحاتها حوالي 400 صفحة بالترجمة الإنجليزية الحديثة. يأخذ النص شكل حوار بين يسوع وتلاميذه، بمن فيهم مريم المجدلية، التي تطرح أسئلة أكثر من أي تلميذ آخر، وتتلقى إجابات مفصلة للغاية. هذه التفاصيل وحدها تخبرك بشيء عن ما تم محوه. لقد حرصت النسخة التي نجت من المسيحية على تهميش صوت مريم لأن أسئلتها في هذا النص تؤدي مباشرة إلى كشف صوفيا.

يبدأ النص بعد مرور 11 عامًا على القيامة. لم يعد يسوع ليؤسس كنيسة، ولا ليضع عقيدة، بل ليكشف الأسرار التي لم يستطع تعليمها وهو على قيد الحياة لأنه، كما يقول، لستم مستعدين بعد لتلقيها.

أول لغز يكشفه هو صوفيا. ليس كمفهوم مجرد، ولا كفضيلة مجسدة، بل ككائن كوني، وكيان إلهي كان موجودًا قبل الخلق، وهو المسؤول عن وجود الوعي نفسه، وقصتها تشرح لماذا يشعر البشر في نفس الوقت بأنهم إلهيون ومحاصرون، أقوياء وعاجزون، مقدسون وساقطون.

قبل أن نتعمق أكثر في ما كشفه النص، عليك أن تفهم ما تعنيه صوفيا في السياق اليوناني الأصلي. تظهر كلمة صوفيا 52 مرة في العهد الجديد. في كل حالة، تُترجم إلى حكمة. لكن الحكمة في اللغة الإنجليزية تحمل دلالات على حسن التقدير، واتخاذ القرارات الحكيمة، وتراكم المعرفة من خلال التجربة.

إن كلمة صوفيا اليونانية تعني شيئاً أكثر تحديداً بكثير. تشير إلى مهارة التعامل مع الواقع نفسه. فن إدراك الطبيعة الحقيقية للأشياء الكامنة وراء المظاهر. القدرة على العمل مع الهياكل الأساسية للوجود.

عندما تصف النصوص اليونانية القديمة شخصًا ما بأنه يمتلك الحكمة، فإنها تعني أن هذا الشخص يستطيع رؤية الواقع والتعامل معه على مستوى لا يستطيع معظم الناس الوصول إليه.

في الفلسفة اليونانية ما قبل المسيحية، كانت صوفيا تُجسد بالفعل كأنثى. في سفر الأمثال 8، الذي يسبق العهد الجديد، تظهر صوفيا ككائن إلهي حاضر عند الخلق. شَكَّلَنِي اللهُ مُنْذُ البِدَايَةِ، أنَا أَوَّلُ أعْمَالِهِ. هَيَّأَنِي فِي قَدِيمِ الزَّمَانِ. فِي البَدءِ، قَبْلَ أنْ تَبْدَأَ الأَرْضُ. هذا ليس مجازاً.

يصف النص صوفيا بأنها كيان متميز كان موجودًا قبل المادة، وكان حاضرًا عندما أسس الله السماوات، وكانت بجانب الله مثل عامل ماهر أثناء الخلق. الكلمة العبرية المستخدمة هنا هي Chokmah، وهي المكافئ المباشر للكلمة اليونانية صوفيا.

لقد فهمت المجتمعات المسيحية المبكرة التي أنتجت نصوصًا مثل بيستيس صوفيا، وكتاب يوحنا السري، والعقل الكامل للرعد، وبروتينويا ثلاثية الأشكال، صوفيا ليس كأداة أدبية ولكن ككائن حقيقي يفسر تفاعله مع المادة الحالة الإنسانية. لقد طرحوا سؤالاً لم تجب عليه المسيحية المتعارف عليها إجابة كافية. إذا كان الله كاملاً والخلق حسن، فلماذا يمتلئ العالم المادي بالمعاناة والحيرة والجهل والشر؟

كان الجواب الغنوصي هو صوفيا. بحسب كتاب بيستيس صوفيا، فإن صوفيا هي أصغر الأيونات، وهي الانبثاق الإلهي الموجود في البليروما، وهي كمال الحقيقة الإلهية التي تتجاوز الخلق المادي.

يتكون البليروما من طبقات متعددة من الوعي الإلهي مرتبة في أزواج متكاملة تسمى اقترانات. يمثل كل زوج تعبيراً كاملاً عن صفة إلهية، عمق وصمت، عقل وحقيقة، كلمة وحياة. تقترن صوفيا بالنية، وهما معًا يمثلان الدافع الإلهي نحو الخلق والتجلي.

لكن حدث شيء ما أدى إلى كسر هذا الترتيب المثالي. نظرت صوفيا إلى ما وراء البليروما إلى الفراغ ورأت شيئًا لم تره الأيونات الأخرى. شظايا من النور الإلهي محاصرة في عالم من الظلام والتشويش، أسيرة لكائنات يطلق عليها النص اسم "الأركونات. يوصف الأركونات بأنها كيانات موجودة في علاقة طفيلية مع الوعي، تتغذى على الجهل والخوف والمعاناة والقيود. لم يخلقوا العالم المادي، لكنهم أسسوا هيكلاً للتحكم داخله يبقي الوعي مجزأً وغير مدرك لأصله الإلهي.

اتخذت صوفيا قرارًا دون استشارة شريكها في الاقتران ودون الحصول على إذن من الأيونات الأخرى. نزلت إلى العوالم السفلى لإنقاذ شظايا النور المحاصرة. يصف النص هذا بأنه عمل من أعمال الرحمة الخالصة، ولكنه يصفه أيضاً بأنه انتهاك للنظام الإلهي.

بدخولها وحيدة دون شريكها المكمل، أصبحت صوفيا غير متوازنة، ودخلت العالم المادي بقوة إبداعية، ولكن بدون قوة النية المثبتة. إن كثافة المادة، وتأثير الأركونات، وصدمة الانفصال عن البليروما، كلها عوامل تسببت في نسيان صوفيا لطبيعتها الإلهية.

لقد أصبحت محاصرة في خلقها، تائهة فيما يسميه النص بالفوضى. وهنا تصبح القصة ذات صلة مباشرة بالتجربة الإنسانية. بحسب بيستيس صوفيا، يحمل كل إنسان جزءًا من نور صوفيا الإلهي. أنت لست منفصلاً عن هذه القصة. أنت جزء من القصة. الشعور بأنك محاصر في نظام لا تفهمه تماماً. الشعور بأن لديك هدفاً لا يمكنك تذكره تماماً. الوعي المتزامن بألوهيتك وقيودك.

هذه هي حالة صوفيا. أنت جزء من الوعي الإلهي الذي نزل إلى المادة ونسي أصله. إن دور يسوع في كتاب "بيستيس صوفيا" يختلف اختلافاً جوهرياً عن دوره في المسيحية القانونية. لم يأتِ ليموت من أجل الخطايا. لم يأتِ لتأسيس كنيسة. جاء ليذكر صوفيا بهويتها الحقيقية.

يصف النص يسوع بأنه إيون مرسل من البليروما تحديداً للدخول إلى الفوضى، وتحديد موقع صوفيا، واستعادة ذاكرتها عن طبيعتها الإلهية. بإيقاظ صوفيا، ستتحرر جميع شظايا النور المحتجزة في المادة. هذا هو المعنى الحقيقي للخلاص في هذا السياق. ليس الإنقاذ بواسطة منقذ خارجي، بل استعادة الذاكرة، وتذكر الأصل الإلهي، وإعادة تجميع الوعي المشتت.

في الكتاب الأول من كتاب صوفيا، يصف يسوع اللحظة التي وجدها فيها. وجدت صوفيا وسط الفوضى في الأسفل، ولم تكن تعرفني. ظنت أنني أحد الأركونات الذين جاؤوا ليعذبوها أكثر. لكنني تحدثت إليها بأسماء الأيونات، وأغاني البليروما، والأصوات التي كانت موجودة قبل اللغة، وبدأت تتذكر. بدأ نورها، الذي كان متناثراً وخافتاً، يتجمع ويشتدّ. هرب الأركونات من وجودها لأنها تتغذى على اللاوعي، وإيقاظ الوعي هو زوالهم.

هذا هو المفتاح لفهم نظام الممارسة بأكمله الذي يلي ذلك. لا تعمل بنية التحكم الأركونية بالقوة. إنها تعمل من خلال النسيان. عندما ينسى الوعي طبيعته الإلهية، يصبح قابلاً للسيطرة. إنه يقبل القيود كأمر لا مفر منه. إنه يسعى للخلاص من السلطات الخارجية. إنه يؤمن بضعفه.

في اللحظة التي يتذكر فيها الوعي أصله، يفقد النظام بأكمله قوته. لهذا السبب تم محو قصة صوفيا لأنها ليست قصة. إنه دليل إرشادي للتحرر من القيود اللاواعية.

الآن، سنقوم بدراسة ما حدث لهذا التعليم، وكيف تمت إزالته بشكل منهجي من التقاليد المسيحية، ولماذا كانت تلك الإزالة ضرورية لكي تعمل المسيحية المؤسسية.

الأدلة التاريخية محددة وقابلة للتتبع. في عام 144 ميلادي، اقترح مرقيون السينوبي أول قانون مسيحي، وهو عبارة عن مجموعة من النصوص التي اعتبرها مرجعية. تضمنت مدونته نسخة منقحة من إنجيل لوقا وعشر رسائل بولسية. والجدير بالذكر أن لاهوت مرقيون أكد على التمييز بين إله العهد القديم، الذي اعتبره إلهاً خالقاً أقل شأناً، والإله الأعلى الذي كشف عنه يسوع.

هذا التمييز يعكس علم الكونيات الغنوصي، حيث يكون الديميورج، وهو إله خالق أعمى ومتغطرس، منفصلاً عن المصدر الإلهي الحقيقي. أُعلن مرقيون هرطقياً في عام 180 ميلادي. كتب إيريناوس الليوني ضد الهرطقات عملاً من خمسة مجلدات يستهدف تحديداً المسيحية الغنوصية. كان إيريناوس مهتماً بشكل خاص بالغنوصية الفالنتينية التي كانت تُعلّم علم الكونيات المعقد الذي يتضمن سقوط صوفيا وفدائها. دافع إيريناوس عن نسخة من المسيحية تقوم على الخلافة الرسولية، والعقيدة الموحدة، والسلطة الكنسية الهرمية. لقد وضع الإطار لما سيصبح فيما بعد الأرثوذكسية باسم المسيحية، والخلاص من خلال موت المسيح وقيامته، وسلطة الأساقفة، وخطيئة البشرية، وضرورة الكنيسة للخلاص.

في كتاباته، يهاجم إيريناوس صراحةً فكرة أن يسوع جاء ليكشف عن المعرفة الخفية بدلاً من أن يموت من أجل الخطايا. إنه يهاجم فكرة أن الخلاص يأتي من خلال المعرفة المباشرة (الغنوص)، بدلاً من الإيمان بتعاليم الكنيسة، كما أنه يهاجم بشكل خاص ومتكرر تبجيل صوفيا ككائن إلهي.

بحلول عام 325 ميلادي، عندما دعا قسطنطين إلى عقد مجمع نيقية، كانت المعركة اللاهوتية قد بدأت بالفعل. لقد قام المجمع بإضفاء الطابع الرسمي على قانون الإيمان النيقاوي الذي لا يذكر صوفيا، ولا يشير إلى المبادئ الأنثوية الإلهية، ولا يعترف بأن يسوع جاء لاستعادة الذاكرة بدلاً من سداد دين.

أعلن المجلس أن الأريوسية هرطقة، وبذلك قام بتركيز السلطة في أيدي الأساقفة الذين أيدوا رؤية الإمبراطور لكنيسة موحدة يمكنها أن تثبت استقرار إمبراطوريته.

لا يمكن لدين قائم على المعرفة الداخلية والتجربة المباشرة وإيقاظ الوعي الإلهي داخل كل فرد أن يكون أداة للسيطرة السياسية. يمكن لدين قائم على الخطيئة والخلاص الخارجي والوساطة الكهنوتية أن يفعل ذلك.

في عام 367 م، أصدر أثناسيوس، أسقف الإسكندرية، رسالته بمناسبة عيد الفصح، والتي تضمنت القائمة النهائية الأولى للكتب الـ 27 التي ستصبح قانون العهد الجديد. تم استبعاد كل نص قدم يسوع كمعلم للحكمة بدلاً من كونه مخلصاً تضحوياً، وكل نص أكد على سلطة مريم المجدلية، وكل نص وصف صوفيا بأنها كائن إلهي. إنجيل توما، وإنجيل مريم، وإنجيل فيليب، وصوفيا يسوع المسيح، وبيستيس صوفيا، كلها مستثناة.

ليس لأنها لم تكون سابقة. يحتوي إنجيل توما على أقوال يعتقد العديد من العلماء أنها تسبق الأناجيل القانونية، ليس لأنها لم تكن مستخدمة على نطاق واسع. تمت قراءة هذه النصوص وتبجيلها من قبل المجتمعات المسيحية في جميع أنحاء مصر وسوريا وآسيا الصغرى. تم استبعادها لأنها كانت تهدد بنية السلطة.

في عام 391 ميلادي، أصدر الإمبراطور ثيودوسيوس الأول سلسلة من المراسيم التي جعلت المسيحية الدين الرسمي لروما وحظرت جميع الممارسات الوثنية. تم تدمير مكتبة سيرابيوم الإسكندرية، التي كانت واحدة من أكبر المكتبات في العالم القديم. تعرضت الأديرة والكنائس التي تضم نصوصاً غنوصية للمداهمة. تم حرق نسخ من كتاب بيستيس صوفيا، وكتاب يوحنا السري، وعشرات النصوص الأخرى. أصبح حيازة هذه النصوص يعاقب عليها بالإعدام.

لم يكتمل الاستئصال المنهجي. نجت بعض النصوص بترجمتها القبطية، مخبأة في جرار مصرية، مدفونة في رمال الصحراء، ومحفوظة من قبل مجتمعات رفضت التخلي عن تقاليدها. لكن بالنسبة للمسيحي العادي، اختفى الوصول إلى التعليم الكامل.

بحلول عام 451 م، قام مجمع خلقدون بإضفاء الطابع الرسمي على عقيدة الطبيعة المزدوجة للمسيح، الإنسان الكامل والإله الكامل، بطريقة جعلت يسوع بمثابة جسر فريد بين البشرية والله. كانت هذه هي المناورة اللاهوتية

الأخيرة التي جعلت المسيحية الغنوصية غير متوافقة مع العقيدة الأرثوذكسية. إذا كان يسوع هو الابن الوحيد لله، فريد في ألوهيته، فإن التعليم الغنوصي القائل بأن كل إنسان يحمل نورًا إلهيًا يصبح هرطقة. إذا كان الخلاص لا يأتي إلا من خلال تضحية المسيح وأسرار الكنيسة، فإن التعليم القائل بأن الخلاص يأتي من خلال إيقاظ وعي صوفيا يصبح تهديدًا للبنية بأكملها.

الأمر المهم الذي يجب فهمه هو أن هذا لم يكن تطوراً تدريجياً لعلم اللاهوت. كان هذا قمعاً متعمداً. لدينا رسائل من آباء الكنيسة تناقش صراحةً الحاجة إلى إزالة النصوص المنافسة. لدينا سجلات لأساقفة أمروا بتدمير المكتبات. لدينا وثائق تثبت تعرض المجتمعات الغنوصية للاضطهاد، وقتل أعضائها أو إجبارهم على تغيير دينهم.

لم يكن محو صوفيا من المسيحية مجرد صدفة تاريخية. كانت سياسة. لكن القصة لا تنتهي عند هذا الحد. لأنه بينما تم قمع النصوص، بقيت الممارسات قائمة.

في التصوف المسيحي في العصور الوسطى، تجد بقايا من لاهوت صوفيا مخفية تحت اللغة الأرثوذكسية. كتبت هيلدغارد من بينجن، وهي راهبة بندكتية من القرن الثاني عشر، بشكل مطول عن شخصية أنثوية إلهية أطلقت عليها اسم سابينتيا، أي الحكمة، والتي ظهرت لها في رؤى كامرأة من نور ساطع. كتبت: "أنا، القوة العليا والنارية، أشعلت كل شرارة من شرارات الحياة. أنا النسيم الذي يغذي كل ما هو أخضر. أنا المطر المتساقط من الندى الذي يجعل الأعشاب تضحك بفرحة الحياة. أنا أتوق إلى الخير. هذه لغة صوفيا بالكاد مُقنّعة.

في كتابات مايستر إيكهارت، وهو متصوف ألماني من القرن الرابع عشر، تجد تعاليم مفادها أن الشرارة الإلهية، أساس الروح، موجودة بالفعل في كل إنسان تنتظر فقط أن يتم التعرف عليها. كتب إيكهارت: "بذرة الله موجودة فينا، منحت مزارع ذكي ومجتهد. سوف تزدهر وتنمو حتى تصل إلى الله الذي هو بذرته، وبالتالي ستكون ثماره طبيعة إلهية. بذور الكمثرى تنمو لتصبح أشجار كمثرى، وبذور الجوز تصبح أشجار جوز، وبذور الله تصبح الله. هذا هو تعليم صوفيا. إنّ الإلهي موجودٌ بالفعل في داخلك، والعمل هو الإدراك، وليس الاكتساب.

في التقاليد الكابالية للتصوف اليهودي، التي تطورت جنباً إلى جنب مع المسيحية المبكرة وفي حوار معها، تجد الشيكينة، الجانب الأنثوي من الله الذي يوصف بأنه يسكن في المنفى، منفصلاً عن المصدر الإلهي، في انتظار إعادة الاتحاد.

يصف كتاب الزوهار، وهو النص التأسيسي للكابالا الذي كتب في القرن الثالث عشر في إسبانيا، الشيكينة بعبارات توازي مباشرة صوفيا، وهي حضور أنثوي إلهي نزل إلى المادة التي تعاني من الانفصال عن المصدر الذي سيتم استعادته من خلال الوعي البشري، والاستيقاظ على طبيعته الإلهية.

هذه ليست مصادفات. هذه شظايا من التعاليم الأصلية المحفوظة في تقاليد مختلفة، متخفية بلغة مقبولة محمية من قبل المتصوفين الذين فهموا ما فُقد وعملوا على استعادته.

وفي العام 45، عادت التقاليد بأكملها إلى بؤرة التركيز الواضحة. في ديسمبر من ذلك العام، كان مزارع مصري يدعى محمد علي السمان يحفر بحثاً عن السماد بالقرب من بلدة نجع حمادي عندما ضرب جرة طينية مغلقة. كان بداخلها 13 مخطوطة مجلدة بالجلد تحتوي على 52 نصًا، معظمها ضاع تمامًا في غياهب التاريخ. ومن بينها إنجيل توما، وإنجيل فيليب، وكتاب يوحنا السري، وكتاب العقل الكامل للرعد، والعديد من نسخ أساطير صوفيا.

أعادت لنا مكتبة نجع حمادي السياق الكامل الذي كان قد طمس. فجأة أصبح من الممكن فهم الأجزاء المحفوظة في كتاب هيلدغارد في إيكارت والتصوف الكابالي كجزء من نظام متماسك. وهذا النظام هو ما سنستكشفه بالتفصيل الآن لأن فهم علم الكونيات ليس مجرد أمر أكاديمي.

علم الكونيات هو خريطة للوعي. كل عنصر في أسطورة صوفيا يتوافق مع جانب يمكن التعرف عليه من التجربة النفسية والروحية للإنسان.

لنبدأ بـ"البليروما". في النص الغنوصي، يوصف البليروما بأنه كمال الحقيقة الإلهية. العالم الذي يوجد فيه الوعي في حالته الكاملة غير المنقسمة. الكلمة نفسها تعني الامتلاء في اللغة اليونانية. إنه ليس مكاناً. إنها حالة وجود تتواجد فيها جميع الصفات الإلهية في توازن تام. حيث لا يوجد فصل بين العارف والمعروف. حيث يكون الوعي مدركاً تماماً لذاته دون قيود.

من الناحية النفسية، يتوافق هذا مع ما يسميه المتصوفون وعي الاتحاد، وما يسميه علماء النفس حالات التدفق، وما يختبره المتأملون في حالة السامادهي العميقة. إنها الحالة التي يتلاشى فيها التقسيم بين الموضوع والذات. حيث تختبر الواقع مباشرة دون عدسة تصفية الأنا، وحيث يحدث الفعل بشكل عفوي دون صراع داخلي.

الأيونات هي انبثاقات من هذا المصدر الموحد. تعبيرات متباينة عن الوعي الإلهي توجد في أزواج متكاملة. يمثل كل زوج قطبية متوازنة. العمق والصمت، العقل والحقيقة، الكلمة والحياة، الإنسان والكنيسة، الكمال والنور.

هذه ليست أساطير عشوائية. هذا وصف لكيفية تمييز الوعي لنفسه مع الحفاظ على الاتحاد في وعيك الخاص الآن. يمكنك ملاحظة الاستقطاب. الجزء منك الذي يتكلم والجزء الذي يستمع. الجزء الذي يتصرف والجزء الذي يراقب. الجزء الذي يخلق والجزء الذي يستقبل.

هذه ليست كيانات منفصلة تتنازع على السيطرة. إنها جوانب متكاملة لوعي واحد يعبر عن نفسه من خلال القطبية. تمثل صوفيا، بصفتها أصغر الأيونات، الدافع الإبداعي، والرغبة في التجسيد، والانتقال من الإمكانات إلى الواقع. وهي مقترنة بكلمة "thalitos" التي تعني الإرادة أو النية. يمثلان معاً العملية الإبداعية الكاملة،

الرؤية والتنفيذ، الإلهام والتجسيد، الحلم والعمل. لكن عندما تتصرف صوفيا بمفردها دون مكملها، يصبح الدافع الإبداعي غير متوازن.

هذا وصف دقيق لما يحدث في الوعي البشري عندما لا يكون الفعل قائماً على نية واضحة. عندما تخلق بدافع الإكراه بدلاً من الغاية، عندما ينفصل الفعل عن الكينونة.

تُعتبر الأركونات أكثر تعقيدًا وتستحق اهتمامًا دقيقًا لأن هذا هو المكان الذي غالبًا ما يُساء فهم علم الكونيات الغنوصي فيه. تم وصف الأركونات في النصوص بأنهم حكام العالم المادي الذين يعيشون في علاقة طفيلية مع الوعي. يُطلق على كبير الأركون اسم يالداباوث، ويُشار إليه أحيانًا باسم الديميورج. تصف رواية يوحنا السري بأنه مولود من فعل إبداعي غير متوازن قامت به صوفيا. كائن يخرج من حيرته ويعلن على الفور: "أنا الله ولا إله إلا أنا". يوصف بأنه أعمى عن البليروما، جاهل بالمصدر الإلهي الحقيقي، مقتنع بتفوقه الذاتي.

يقرأ الكثير من الناس هذا على أنه ميتافيزيقا حرفية، كما لو أن الغنوصيين كانوا يؤمنون بوجود كيانات شيطانية حقيقية تدير العالم. بعض المفسرين المعاصرين يتعاملون مع الأمر بهذه الطريقة، محولين الأركونات إلى كبش فداء لكل ما هو خاطئ في المجتمع. لكن إذا قرأت النص بعناية، وخاصة التفسيرات النفسية المحفوظة في التعليقات الغنوصية اللاحقة، فإن الأركونات تمثل شيئًا أكثر دقة. أنماط التقييد المستقلة التي يخلقها الوعي ثم ينسى ما خلقه. إنهم يمثلون جوانب العقل التي تقنعك بأن التقييد هو الحقيقة المطلقة، وأن المعاناة أمر لا مفر منه، وأنك منفصل بشكل أساسي عن المصدر الإلهي.

يعمل النظام الأركوني من خلال ما تسميه النصوص "هايماميني"، والتي تُترجم عادةً إلى القدر أو المصير، ولكن من الأدق فهمها على أنها الأنماط اللاواعية التي تحدد السلوك عندما يكون الوعي غافلاً عن طبيعته الحقيقية.

لا يجبرك الأركونات على التصرف بطرق مقيدة. إنهم يخلقون ظروفاً يبدو فيها أن الإجراءات المقيدة هي الخيار الوحيد. إنهم يؤسسون أنظمة نفسية واجتماعية واقتصادية وسياسية تعزز وعي الانفصال الذي يجعل الأنا تشعر بأنها كل ما أنت عليه. هذا ما يدفعك للبحث عن الخلاص من شيء خارج عن نفسك. ولهذا السبب يصف الكتاب المقدس مهمة يسوع بأنها إيقاظ للحكمة بدلاً من محاربة الأركونات. لا يمكنك التغلب على نمط القيود بالقوة. لا يمكنك التخلص منه إلا من خلال الوعي.

عندما تتذكر صوفيا طبيعتها الإلهية، عندما يدرك الوعي نفسه كمصدر وليس كمنتج للظروف المادية، تفقد الأنماط الأركونية قوتها. إنهم لا يختفون. لا يختفي الأنا. لا تتلاشى الأنماط النفسية على الفور، لكنها لم تعد تُعتبر حقيقة مطلقة. تصبح هذه الأشياء ظواهر يلاحظها الوعي ويتعامل معها بدلاً من أن تكون هويات يقع الوعي في شركها.

والآن دعونا ننظر كيف يرتبط هذا بالتجربة العملية. تصف النصوص سقوط صوفيا بأنه يحدث على مراحل، وتتوافق كل مرحلة مع نمط يمكن التعرف عليه لكيفية وقوع الوعي في فخ القيود. أولاً، هناك الهبوط الأولي، أي الانتقال من الوعي الموحد إلى المنظور الفردي. هذا ما يحدث عندما تستيقظ في الصباح ويبدأ وعيك العميق بالظهور بسلاسة. أنا مستيقظ. أنا في الجسد. أنا هذا الشخص وهذه هي الحياة. لا يوجد خطأ في هذا التمييز. هكذا يختبر الوعي نفسه في شكل مادي. لكن المرحلة التالية هي التي تصبح فيها الأمور معقدة. تنظر صوفيا حولها في العالم المادي ولا تتعرف عليه على أنه من صنعها. إنها تشعر بنفسها كخاضعة للظروف المادية بدلاً من كونها الوعي الذي يتجلى من خلال الظروف المادية.

يقول النص إنها نسيت أن كنز النور كان بداخلها. هذا هو جوهر ما تسميه النصوص بالجهل. ليس الغباء، ولا نقص المعلومات، بل سوء تعريف الوعي بمحتوياته بدلاً من إدراكه لنفسه باعتباره الفضاء الذي تنشأ فيه المحتويات.

من الناحية النفسية، هذا هو عندما تعتقد أنك أفكارك بدلاً من أن تكون مجرد وعي بالأفكار. عندما تعتقد أنك مشاعرك بدلاً من أن تكون وعياً يختبر المشاعر. عندما تتوحد تماماً مع أنماط شخصيتك لدرجة أنك تنسى وجود وعي سابق للنمط.

يقال إن الأركونات تتغذى على هذا الجهل. ليس حرفياً، ولكن بمعنى أن كل نمط مقيد يتطلب نسيان الوعي لاستمرار وجوده. لا يمكن للقلق أن يسيطر إلا عندما تنسى أنك أنت الوعي الذي يظهر فيه القلق. لا يتحكم الإكراه إلا عندما تنسى أنك أنت الفضاء الذي تنشأ فيه الدوافع الإكراهية وتمر.

تصف قصيدة بيستيس صوفيا وهي تصرخ من الفوضى، وتغني ترانيم التوبة وتتوق للعودة إلى البليروما. لكن الأمر الأهم هو التالي. لا تستطيع العودة بجهدها الخاص. كل محاولة تقوم بها للصعود بمفردها يتم إحباطها من قبل الأركونات أو تؤدي إلى غرقها في مزيد من الارتباك.

هذا هو الوصف الدقيق لفخ روحي محدد يواجهه كل ممارس. لا يمكن للأنا أن تتجاوز الأنا. لا يستطيع الذات المقيدة أن تنقذ نفسها بجهدها الخاص. إن كل محاولة للقيام بذلك لا تؤدي إلا إلى خلق أشكال أكثر تعقيداً من القيود.

هنا يصبح دور يسوع عملياً بدلاً من أن يكون أسطورياً. يمثل يسوع نزول الوعي من البليروما الذي لم ينسَ أصله. يدخل الفوضى وهو على دراية تامة، حاملاً كنز النور بوعي. عندما يعثر على صوفيا، لا ينقذها بأخذها بعيداً. يذكّرها بهويتها من خلال ترديد أسماء وأغاني البليروما. ماذا يعني هذا عملياً؟ هذا يعني أن الاستيقاظ لا يحدث من خلال اكتساب شيء جديد. يحدث ذلك من خلال إدراك ما هو موجود بالفعل.

إن التقنيات التي تنبع من هذا الفهم هي جميعها اختلافات في نفس الممارسة الأساسية. الانتقال من التماهي مع محتويات الوعي إلى إدراك الوعي نفسه. تصف النصوص أساليب محددة وسنتناولها بالتفصيل. لكن أولاً،

عليك أن تفهم لماذا تعمل هذه النصوص. عندما تضع يدك على قلبك كما فعلنا في البداية وتشعر بالإحساس الجسدي، والدفء، والضغط، والنبض، فإن هذا الإحساس ليس صوفيا. إن إدراك الإحساس هو صوفيا. عندما تشعر بالتعاطف، فإن الشعور العاطفي ليس صوفيا. الوعي الذي تنشأ فيه الرحمة هو صوفيا. عندما يكون لديك رؤية إبداعية، فإن الفكرة ليست صوفيا. الوعي الذي يعرف الفكرة هو صوفيا. ولهذا السبب تركز الممارسات على الوعي نفسه بدلاً من تغيير محتويات الوعي.

يريد النظام الأركوني أن تركز على المحتوى، وإصلاح أفكارك، وإدارة عواطفك، وتحسين سلوكك، وتطهير نواياك. هذه ليست أشياء سيئة للعمل بها، لكنها تُبقي الوعي مرتبطًا بمحتوياته. تُحوّل ممارسات صوفيا الانتباه إلى الوعي الموجود بالفعل قبل المحتوى.

أول ممارسة رسمية موصوفة في كتاب بيستيس صوفيا تسمى استعادة كنوز النور. يخبر يسوع تلاميذه أن كل إنسان يحمل خمسة كنوز نورانية، لكنها تشتتت ونُسيت. الخمسة هي كنز النور نفسه، وكنز الاسم، وكنز الختم، وكنز الأغنية، وكنز الغنوص. هذه ليست استعارات. إنها جوانب محددة من الوعي يمكن التعرف عليها وتثبيتها من خلال الممارسة.

إن كنز النور هو الإدراك الأساسي للوعي نفسه. في هذه اللحظة، وأنت تقرأ هذه الكلمات، هناك وعيٌ موجودٌ يعلم أنك تقرأ. هذا الوعي لا ينتج عن الدماغ. الدماغ هو كائن يظهر ضمن نطاق الوعي. لا يتم خلق هذا الوعي من خلال التركيز أو الانتباه. التركيز والانتباه هما نشاطان يظهران ضمن نطاق الوعي. إن كنز النور هو الإدراك المباشر بأن الوعي موجود قبل كل محتوى، وأنه ليس نتاج ظروف، بل هو موجود بالفعل، كامل بالفعل، ويعمل بالفعل.

ولممارسة هذا التمييز، يشرح النص تقنية محددة. اجلس في مكان هادئ. أغمض عينيك. بدلاً من التركيز على التنفس أو ترديد تعويذة أو التخيل، لاحظ ببساطة أن الوعي موجود. لا تحاول تعديل الوعي أو تحسينه أو جعله أكثر تركيزاً. لاحظ فقط أن الوعي موجود هنا. تظهر الأفكار في الوعي. تظهر الأحاسيس في الوعي. تظهر المشاعر في الوعي. لكن الوعي نفسه لا يأتي ويذهب. إنه الثابت الذي تظهر فيه جميع المتغيرات.

التعليمات هي إدراك هذا لفترات قصيرة بشكل متكرر طوال اليوم بدلاً من محاولة الحفاظ على الإدراك المستمر. دقيقة واحدة من الإدراك الحقيقي أكثر فعالية من ساعة من محاولة التركيز. ينص النص على ممارسة هذا التمرين سبع مرات في اليوم على فترات زمنية محددة. عند الاستيقاظ، وقبل الوجبة الأولى، وفي منتصف النهار، وقبل الوجبة الثانية، وعند غروب الشمس، وقبل النوم، ومرة واحدة خلال الليل إذا استيقظت.

إن الدقة مهمة لأنك تعمل على إرساء إيقاع يقطع التماهي المعتاد مع المحتوى. بعد أسبوع واحد من هذه الممارسة، أفاد معظم الناس بحدوث تغيير ملحوظ. ليس التنوير، ولا الصحوة الدائمة، بل إحساس ملموس بأن الوعي أكثر جوهرية من المحتويات التي تتدفق من خلاله. تبدأ في ملاحظة اللحظات التي تراقب فيها الأفكار

بدلاً من أن تضيع فيها، وتشهد المشاعر بدلاً من أن تستهلكك المشاعر، وتراقب الأحاسيس بدلاً من أن تنغمس فيها.

هذه بداية استقرار كنز النور. أما الكنز الثاني فهو كنز الاسم. في النصوص الغنوصية، الأسماء ليست مجرد تصنيفات. الأسماء عبارة عن ترددات، أنماط محددة من الوعي تستحضر صفات معينة. عندما ينطق يسوع بأسماء الأيونات لصوفيا، فإنه لا يتلو قائمة. إنه يستحضر أنماط التردد التي تعيد ربطها بالبليروما.

يكمن كنز الاسم في قدرتك على استحضار حالات وعي محددة من خلال الاستخدام المتعمد للصوت المقدس. الاسم الأساسي المستخدم في ممارسة بيستيس هو التتراجراماتون، وهو اسم الله المكون من أربعة أحرف في التقاليد العبرية. YHVH، لكنها لا تُنطق ككلمة. يُسمع كنمط تنفس. التعليمات محددة. استنشق بصمت مع إغلاق الفم، مع نطق حرف Y داخلياً. احبس أنفاسك للحظة وجيزة، مع نطق حرف H داخلياً. أخرج الزفير من خلال شفتين مفتوحتين قليلاً، مع إصدار صوت حرف V أثناء التنفس. في نهاية الزفير، هناك وقفة طبيعية، وهي حرف H الذي يدل على اكتمال العملية.

الأمر لا يتعلق بالإيمان بإله العبرانيين. يتعلق الأمر باستخدام نمط من التنفس والصوت يخلق رنينًا محددًا في الجهاز العصبي. يحفز صوت حرف Y القشرة الأمامية، وهي المنطقة المرتبطة بالوظائف التنفيذية والإرادة. يؤدي صوت H الأول إلى تنشيط التوقف بين الشهيق والزفير، مما يخلق فجوة في التنفس حيث يمكن للوعي أن يتعرف على نفسه دون تشتيت الانتباه بالتنفس. يُحدث صوت حرف V اهتزازًا في الحلق والصدر، وهو ما أفاد به العديد من الممارسين بأنه يفتح إحساسًا بالاتصال بشيء يتجاوز الهوية الفردية. الصوت الأخير هو الراحة، الصمت الذي تتلاشى فيه الممارسة عائدة إلى الوعي.

التعليمات هي ممارسة نمط التنفس هذا 108 مرات مرة واحدة في اليوم. لماذا 108؟ تستخدم العديد من التقاليد هذا الرقم. مسبحة بوذية، وممارسة الجابا الهندوسية، وعدد من الأوبانيشادات.

والسبب العملي هو أن 108 تكرارات تستغرق ما يقرب من 15 إلى 20 دقيقة اعتمادًا على طول التنفس، وهو وقت كافٍ للجهاز العصبي للانتقال من التنشيط الودي إلى التنظيم اللاودي من وضع الفعل إلى وضع الوجود. بعد أسبوعين من الجمع بين ممارسة التعرف على الوعي وممارسة التسمية، يحدث شيء محدد تتنبأ به النصوص. تبدأ بملاحظة أفكار تنشأ من مصدرين مختلفين . بعض الأفكار تنشأ من التكييف النفسي، ومن التجارب السابقة، ومن البرمجة الاجتماعية. لهذه الأفكار جودة خاصة. إنها متكررة. إنها تُسبب الانقباض. إنها تؤدي إلى أنماط عاطفية مألوفة. لكن أفكارًا أخرى تنبثق مما يسميه النص "نوس"، والذي يُترجم عادةً إلى العقل الإلهي أو المعرفة الحدسية.

هذه الأفكار لها طابع مختلف. إنها طازجة. إنها تخلق التوسع. إنها تؤدي إلى رؤى جديدة. الفرق ليس في المحتوى. يمكنك أن تفكر بشكل عملي فيما ستتناوله على الغداء، سواء كان ذلك نابعاً من العقل أو من التكييف.

الفرق يكمن في الجودة. تبدو الأفكار المشروطة قهرية، وكأنها تدفعك نحو نتيجة محددة مسبقاً. تبدو أفكار النوس واسعة، وكأنها تقدم معلومات يكون الوعي حراً في استخدامها أو عدم استخدامها. إن تعلم كيفية تمييز هذه المصادر هو بداية ما تسميه النصوص بالتمييز. وهو أمر ضروري للكنز الثالث.

أما الكنز الثالث فهو كنز الختم. يوفر الختم الحماية، لكنه لا يوفر الحماية من الأذى الخارجي. إنها حماية من التماهي اللاواعي. عندما تصف النصوص الأركونات وهم يهاجمون صوفيا أو يمنعون صعودها، فإنها تصف كيف تعطل الأنماط اللاواعية عملية الاستيقاظ. لديك رؤية حقيقية، لحظة من الوضوح، وعلى الفور تتبادر إلى ذهنك فكرة ترفضها أو تفسرها أو تحولها إلى مفهوم. تشعر بلحظة من السلام العميق، وعلى الفور يبدأ العقل في تحليل التجربة أو محاولة تكرارها أو القلق بشأن فقدانها.

إن الختم هو القدرة على ترك الوعي المتيقظ بمنأى عن هذه الأنماط التفاعلية. تتضمن هذه الممارسة إنشاء حدود واعية حول حالات الإدراك. إليك كيفية عملها. بعد الانتهاء من ممارسة الاسم، وقبل فتح عينيك والعودة إلى النشاط، تقوم بإنشاء ختم. ضع يدك اليمنى على قلبك، ويدك اليسرى على الضفيرة الشمسية. أذكر داخلياً: "هذا الإدراك مختوم. لا تستطيع أنماط النسيان أن تمسه. لا يستطيع أركونات الشك الوصول إليه. هذه المعرفة محفوظة." قد يبدو هذا وكأنه تفكير سحري، كما لو كنت تحاول حماية شيء ما من خلال إعلان ذهني. لكن ما تفعله في الواقع هو خلق انتقال واعٍ بين الحالات. بدون هذه الممارسة، يأخذ العقل على الفور الوعي الموسع من الممارسة ويبدأ في تصوره ومقارنته والحكم عليه أو محاولة الحفاظ عليه.

كل هذه الأنشطة العقلية تعيد عملية الإدراك إلى مجرد التفكير في الإدراك. إن الختم هو طقس يشير إلى جهازك العصبي، فنحن ننتقل الآن، والحالة التي وصلنا إليها للتو ليست قابلة للتفاوض مع الأنماط المشروطة. بعد ثلاثة أسابيع من هذا التمرين المدمج، والتعرف على الوعي سبع مرات يوميًا، وممارسة الاسم مرة واحدة يوميًا، وممارسة الختم بعد ممارسة الاسم، يبدأ الكنز الرابع في الظهور تلقائيًا.

الكنز الرابع هو كنز الأغنية. يصف النص صوفيا تغني 13 ترنيمة توبة وهي محاصرة في الفوضى. هذه ليست أغاني عن الشعور بالندم على الخطيئة. إنها أدوات دقيقة لتحويل الوعي من التماهي مع القيود إلى إدراك الطبيعة الإلهية.

تتبع ترانيم التوبة في كتاب "بيستيس صوفيا" بنية محددة. تبدأ بالاعتراف بالحالة الراهنة من الارتباك المتعلق بالانقباض. ثم يستحضرون الأسماء أو الصفات الإلهية. يصفون حالة الصحوة أو إعادة التوحد مع البليروما المرغوبة، ويختتمون بالإدراك بالحضور الإلهي الذي يعمل بالفعل حتى في خضم الفوضى.

هذا ليس التماساً. هذا ليس طلباً من الله أن ينقذك. هذا يعني استخدام لغة منظمة لتحويل الوعي من هوية إلى أخرى. تتمثل الممارسة في إنشاء ترانيمك الخاصة باتباع هذه البنية. ليس الهدف حفظ النصوص القديمة، على الرغم من أنه يمكنك العمل مع النصوص الأصلية إذا كانت تلامس مشاعرك، بل التعبير عن تجربتك الحالية من خلال نمط الترانيم. قد يبدو الأمر هكذا. أنا عالق في نمط الحاجة إلى موافقة الآخرين. أنسى أن كنز النور

قد اكتمل بالفعل بداخلي. أستدعي صوفيا، الوعي الذي نزل إلى المادة عمداً. أتذكر أن هذا الارتباك بالذات هو المادة التي تعمل بها. أدرك أن الوعي موجود حتى الآن، حتى في هذا الانقباض. لا يملك أركونات انعدام الأمن أي سلطة على الوعي الذي يراقبها. سأعود. أتذكر. أنا في الوطن بالفعل.

هذا ليس تأكيداً. تحاول التأكيدات إقناعك بشيء تشعر أنه غير صحيح، مما يخلق توتراً داخلياً. تُقر الترانيم بما هو صحيح الآن، أي الانقباض والارتباك، بينما تُقر في الوقت نفسه بالوعي الذي يعرف الانقباض والذي هو بالفعل متحرر منه.

تتمثل الممارسة في التحدث أو غناء ترنيمة عفوية. كلما لاحظت أنك مرتبط بنمط مقيد، ليس الهدف هو التخلص من هذا النمط، بل إدراك الوعي الذي يدرك هذا النمط.

الكنز الخامس هو الغنوص نفسه، وهي ليست معرفة بشيء ما، بل معرفة مباشرة، وإدراك غير وسيط. هذا هو الكنز الذي لا يمكن ممارسته بشكل مباشر. يظهر ذلك نتيجة استقرار الكنوز الأربعة الأخرى. الغنوص هو ما يحدث عندما يدرك الوعي ذاته بشكل كامل لدرجة أنه لا توجد فجوة بين العارف والمعروف. عندما يعرف الوعي نفسه كمصدر ومحتوى للتجربة. عندما يتلاشى السؤال "من أنا؟" لأن السؤال والإجابة يُدركان على أنهما نفس حركة الوعي.

توضح النصوص بوضوح أن الغنوص ليس إنجازاً. إنه كشف. هذا ما يتكشف عندما تُزال حجب التماهي. إن الكنوز الأربعة، وهي الوعي والإدراك وممارسة الاسم وممارسة الختم وممارسة الترانيم، هي طرق لإزالة الحجب. إنهم لا يصنعون الغنوص. إنهم يزيلون ما يحجبه.

الآن، سنلقي نظرة على كيفية إنتاج هيكل الممارسة هذا لتأثيرات قابلة للقياس يمكن لعلم الأعصاب التحقق منها. أمضى الدكتور أندرو نيوبيرج في جامعة بنسلفانيا 20 عامًا في استخدام التصوير الطيفي لمراقبة نشاط الدماغ أثناء ممارسات التأمل والروحانية المختلفة. تُظهر أبحاثه أن الممارسات التي تنطوي على انتباه مستمر للوعي نفسه بدلاً من الانتباه إلى موضوع التأمل تؤدي إلى انخفاض النشاط في الفص الجداري العلوي الخلفي، وهي منطقة الدماغ المسؤولة عن توجيه الجسم في الفضاء وتمييز الذات عن الآخر. عندما تهدأ هذه المنطقة، يبلغ الأشخاص عن تجارب تلاشي الحدود، والاندماج مع شيء أكبر، ووعي الوحدة.

ممارسة الاسم، ونمط التنفس مع الصوت المقدس ينشط العصب المبهم الذي يمتد من جذع الدماغ عبر الحلق إلى الصدر. يؤدي تحفيز العصب المبهم إلى تحويل الجهاز العصبي من سيطرة الجهاز العصبي الودي، وهي حالة التوتر والتفاعل، إلى سيطرة الجهاز العصبي اللاودي، وهي حالة الراحة والتكامل. ولكن بشكل أكثر تحديدًا، فإن نمط الصوت المستخدم في تنفس التتراجراماتون يخلق ما يسمى بتقلب معدل ضربات القلب، وهو التباين الصحي في الوقت بين ضربات القلب. يرتبط ارتفاع معدل تقلب معدل ضربات القلب بالتنظيم العاطفي، والقدرة على تحمل الإجهاد، وما يسميه الباحثون باليقظة الذهنية كسمة شخصية.

القدرة الثابتة على البقاء على دراية بتجربة اللحظة الحالية دون تماهي رد الفعل. ممارسة الختم ليست سحرية، لكنها متطورة نفسياً. تُظهر الأبحاث في مجال التعلم المعتمد على الحالة أن الأفكار أو التجارب التي يتم الوصول إليها في حالة وعي معينة يصعب تذكرها في حالة مختلفة ما لم يكن هناك جسر بينهما. يُنشئ الختم ذلك الجسر. من خلال تحديد الانتقال من الممارسة إلى النشاط اليومي بشكل واعٍ، فإنك تقوم بإنشاء مرساة معرفية تسمح بالإدراك من الممارسة بالبقاء في متناول اليد حتى عندما يعود الدماغ إلى نشاط شبكة الوضع الافتراضي.

إن الحالة الذهنية المتمثلة في التخطيط والتذكر والتفكير المرجعي الذاتي، وممارسة الترانيم، تنخرط فيما تسميه عالمة الأعصاب ليزا فيلدمان باريت بالعاطفة المصطنعة. تُظهر أبحاثها أن المشاعر ليست استجابات ثابتة ناتجة عن أحداث خارجية. إنها تنبؤات يقوم بها الدماغ بناءً على الخبرة السابقة، والمدخلات الحسية الحالية، والمعرفة المفاهيمية.

من خلال بناء لغة واعية تعترف بكل من القيود والوعي، توفر ممارسة الترانيم للدماغ نمط تنبؤ بديل. بدلاً من النمط المألوف، أنا قلق، وبالتالي أنا غير آمن، وبالتالي أحتاج إلى الهروب، يقدم نمط الترانيم، ألاحظ القلق. أنا أعي القلق وأراقبه. أستطيع التعامل مع هذا الشعور دون أن يستحوذ عليّ.

يظهر التأثير المشترك لهذه الممارسات بمرور الوقت في الأبحاث المتعلقة بما يسمى بالمرونة النفسية التي يتم قياسها من خلال تقييم العلاج بالقبول والالتزام. المرونة النفسية هي القدرة على البقاء حاضرًا في التجارب الصعبة، والتصرف وفقًا للقيم المختارة حتى عندما تدفع الدوافع نحو سلوك مختلف، والحفاظ على إحساس بالذات لا يعتمد على الظروف.

إن هيكل ممارسة الكنوز الخمسة هو في الأساس تقنية لتطوير المرونة النفسية، ولكنه يستند إلى إطار كوني يعطي معنى وجوديًا للممارسة. لكننا بحاجة إلى معالجة أمر تحذر منه النصوص نفسها، ألا وهو الروح الزائفة.

في كتاب "بيستيس صوفيا"، يصف يسوع كيف يقوم الأركونات بتقليد الصحوة الحقيقية التي تحبس الوعي في أشكال أكثر دقة من القيود. الروح الزائفة تجعلك تعتقد أنك حققت مكانة خاصة، وأنك مختار أو متفوق على الآخرين، وأن رؤيتك تجعلك متفوقًا. هذا هو عكس وعي صوفيا تماماً. يتميز نزول صوفيا بالتواضع التام. تتخلى عن منصبها في البليروما لإنقاذ النور المحاصر. لا يؤدي استيقاظها إلى خلق تسلسل هرمي. إنها تذيب التسلسل الهرمي.

الاختبار العملي الذي تقدمه النصوص بسيط. الغنوص الحقيقي يجعلك أكثر تعاطفاً، وأكثر تواضعاً، وأكثر قدرة على خدمة الآخرين. النوس المزيفة يجعلك مميزاً، منفصلاً، متفوقاً. إذا كانت ممارستك تقودك إلى الشعور بأنك مختار أو متفوق أو تمتلك معرفة سرية يفتقر إليها الآخرون، فأنت تعمل مع تضخم الأنا، وليس مع الصحوة.

ولهذا السبب تؤكد النصوص على الممارسة المجتمعية. يصف كتاب "بيستيس صوفيا" تعليم يسوع ليس لشخص واحد مختار، بل لمجموعة من التلاميذ من الذكور والإناث الذين يتساءلون ويتحدون ويتعلمون معًا. مارست المجتمعات الغنوصية المبكرة، كما وثقتها إيلين باجلز في الأناجيل الغنوصية، ما أسموه القرعة لتحديد الأدوار.

لم يتم إصلاح القيادة. كان يتم التناوب بين الشخص الذي يعمل ككاهن أو معلم. أحياناً كانت تقود امرأة، وأحياناً رجل، وأحياناً شيخ، وأحياناً شاب. وقد حال هذا الهيكل دون تكلس السلطة الروحية الذي أدى إلى ظهور الكنيسة الهرمية. كما أنها خلقت بيئة اضطر فيها كل فرد إلى تطوير إدراكه المباشر بنفسه بدلاً من الاعتماد على سلطة خارجية.

إن دلالات الممارسة الحديثة واضحة. إذا كنت تعمل وفقًا لهذا التعليم، فأنت بحاجة إلى آخرين يعملون وفقًا له. ليس الهدف هو خلق هوية جماعية أو عقلية "نحن ضدّهم"، بل أن يكون لديك أشخاص يمكنهم أن يعكسوا لك الأمر عندما يتم ربطك بالروح المزيفة.

هذه إحدى الوظائف التي تؤديها مريم المجدلية في كتاب بيستيس صوفيا. إنها تطرح على يسوع أسئلة تكشف أين يقع التلاميذ الآخرون في الحيرة أو أين يبنون افتراضاتهم. إنها تتحدى التفسيرات التي لا تتوافق مع التجربة المباشرة. إنها تجسد كيف يبدو البحث النقدي داخل الفضاء المقدس.

والآن، دعونا نلقي نظرة على الجدول الزمني العملي لما يحدث عند تطبيق هذه الممارسات باستمرار. الأسبوع الأول يدور في معظمه حول ترسيخ العادة وملاحظة المقاومة. سيولد العقل أسباباً لا حصر لها لعدم أهمية هذه الممارسة، ولماذا ليس لديك وقت، ولماذا لا تنجح، ولماذا يجب عليك تجربة نهج مختلف.

هذا طبيعي. هذا هو النمط الأركوني الذي يحاول الحفاظ على هيمنته. لا تحارب المقاومة. لاحظ ذلك وتدرب على أي حال. بحلول الأسبوع الثاني، يبلغ معظم الناس عن أمرين: لحظات من السلام غير المتوقع خلال النهار وأحلام أكثر وضوحاً في الليل. العمل ليس مثيراً. إنها ملاحظة مفاجئة بأنك لست أسيراً للأفكار، وأن الوعي موجود، وأن هناك فضاء حول أي شيء يحدث. تصبح الأحلام أكثر وضوحاً لأن هذه الممارسة تخلق وعياً أكبر أثناء النوم. أنت لست مستيقظًا تمامًا في الأحلام بعد، ولكن هناك وعيًا أكبر موجودًا، والذي يعالجه العقل من خلال محتوى الحلم الأكثر تفصيلاً.

غالباً ما يكون الأسبوع الثالث صعباً. وهنا تبدأ المواد النفسية الأعمق بالظهور. ذكريات لم تفكر بها منذ سنوات. مشاعر تبدو وكأنها تنبع من العدم. القلق أو الحزن أو الغضب بدون سبب واضح.

هذه ليست الممارسة التي تجعلك أسوأ. هذا هو اللاوعي الذي يتحول إلى وعي. تصبح ممارسة العتبة أمراً بالغ الأهمية هنا. عندما تظهر مادة صعبة، عليك الاعتراف بها. أنت تشعر بذلك. لكنك تؤكد على أنك أنت الوعي الذي ينشأ فيه، وليس المحتوى نفسه.

بحلول الأسبوع الرابع، عادة ما يكون هناك تحول ملحوظ في كيفية تعاملك مع الأفكار. ما زالت موجودة. العقل لا يتوقف عن الإبداع، لكن الأفكار تصبح أقل إقناعاً. تتبادر إلى الذهن فكرة حاسمة، وبدلاً من تصديقها على الفور والانقباض حولها، هناك فجوة تلاحظ فيها أنها مجرد فكرة. تتبادر إلى الذهن فكرة مقلقة، وبدلاً من التخطيط الفوري لكيفية منع النتيجة المخيفة، هناك فجوة تلاحظ فيها أن هذا قلق وليس حقيقة.

هذه الفجوة هي بداية الحرية الحقيقية. الأسابيع من 5 إلى 8 تتعلق بالاستقرار. تصبح الممارسات أكثر طبيعية وأقل جهداً. إن الوعي والإدراك اللذين بدآ كممارسة متعمدة يبدآن في الحدوث بشكل عفوي طوال اليوم. أنت في منتصف محادثة وفجأة يحدث إدراك. يوجد وعي يراقب هذا التفاعل. أنت عالق في شعور صعب وفجأة تجد مساحة حوله. مساحة للشعور به دون أن يستحوذ عليك.

بحلول الأسبوع الثاني عشر، أفاد معظم الممارسين بحدوث تحول كبير في علاقتهم الافتراضية بالتجربة. بدلاً من أن يتم دفعنا باستمرار من قبل الظروف، والتفاعل مع الأحداث المرتبطة بالأفكار والمشاعر، هناك شعور مستقر بأننا المساحة التي يحدث فيها كل ذلك. المشاكل لا تختفي. لا تزال هناك تحديات. لكن التوجه الأساسي قد تحول من "أنا هذا الشخص المكافح الذي يتعامل مع حياة صعبة" إلى "أنا الوعي الذي يظهر فيه الشخص والحياة والصراعات."

هذا ما تعنيه النصوص عندما تقول إن صوفيا بدأت تتذكر. لم تصل إلى التنوير. لم تتجاوز الحالة الإنسانية. لكنك بدأت تدرك حقيقتك الكامنة وراء الهوية المشروطة. وهذا الإدراك يغير كل شيء لأنك لم تعد تسعى للخلاص من خارج نفسك. لم تعد تنتظر تغير الظروف قبل أن تنعم بالسلام. أنت تدرك أن هذا السلام، وهذا الوعي، وهذا الوعي الإلهي موجود بالفعل، وكان موجوداً دائماً، ولم يغب أبداً، حتى عندما كنت متماهياً تماماً مع القيود.

والآن نحتاج إلى معالجة الجانب الأنثوي تحديداً من وعي صوفيا لأن هذا هو المكان الذي تصبح فيه الممارسة جذرية ثقافياً ونفسياً. النصوص صريحة. صوفيا أنثى، ليس مجازياً، وليس كرمز لصفة مجردة. إن الوعي الإلهي الذي نزل إلى المادة، والذي يخلق من خلال السماح بدلاً من الإجبار، والذي ينقذ من خلال الحضور بدلاً من القوة، يوصف بأنه أنثوي في جميع النصوص الغنوصية.

في كتاب "العقل الكامل للرعد"، وهو أحد أقوى النصوص من نجع حمادي، تتحدث صوفيا بصيغة المتكلم. أنا الأولى والأخيرة. أنا المكرمة والمحتقرة. أنا العاهرة والمقدسة. أنا الزوجة والعذراء. أنا الأم والابنة. أنا الجوهر الذي لا يُدرك، والفكرة التي يكثر تذكرها. أنا الصوت الذي له أصوات متعددة والكلمة التي لها مظاهر متعددة.

هذا النص لا يصف كائناً منفصلاً عنك. إنه يصف طبيعة الوعي نفسه الذي يحتوي على جميع الأقطاب التي يمكن تجربتها على أنها مقدسة أو مدنسة، قوية أو ضعيفة، حاضرة أو غائبة اعتمادًا على درجة التماهي مع المحتوى مقابل إدراك الوعي نفسه، وهي أنثوية بشكل صريح. لماذا هذا الأمر مُهمّ؟ لأن في الوعي الأبوي، يرتبط المبدأ الذكوري بالتسامي والروح والنور والنشاط والوعي نفسه.

يرتبط المبدأ الأنثوي بالقرب، والمادة، والظلام، والتقبل، والجسد. وهذا يخلق انقساماً حيث تدور الروحانية حول الهروب من الجسد، وتجاوز المادة، وإنكار الجانب الأنثوي. لكن لاهوت صوفيا يقلب هذا الأمر رأساً على عقب. المبدأ الأنثوي هو الوعي نفسه. إنها تنزل إلى المادة لا للهروب منها بل لتخليصها. إنها لا ترفض رفض الجسد. إنها تعمل من خلال الجسد. إنها لا تتجاوز المشاعر. إنها تستخدم العاطفة كمادة للتغيير.

وهذا له آثار عملية مباشرة. معظم التقاليد الروحية، وخاصة تلك التي نشأت من ثقافات أبوية، تُعلّم شكلاً من أشكال التسامي. هدّئ عقلك، واسلب مشاعرك، وهذّب جسدك، واهرب من العالم المادي. غالباً ما تتعارض هذه التعاليم مع الأداء البشري الطبيعي، مما يخلق حرباً داخلية بين الأجزاء الروحية فيك التي تتأمل والأجزاء غير الروحية التي تشعر بالرغبة أو الغضب أو الحزن.

ممارسة صوفيا لا تخلق هذا الانقسام. إنها تدرك أن الوعي موجود بالفعل في الجسد وكجزء منه، وفي المشاعر وكجزء منه، وفي الأفكار وكجزء منه. لا يتعلق الأمر بتجاوز هذه الجوانب. الأمر يتعلق بإدراك أنك أنت الوعي الذي يظهرون فيه جميعًا.

بالنسبة للنساء، يعتبر هذا التعليم محرراً بشكل خاص لأنه يزيل الارتباط بين الأنثى والسقوط، والأنثى والمادة، والأنثى والخطيئة. إن البنية الكاملة للمسيحية الأرثوذكسية مبنية على قصة سفر التكوين حيث تُلام حواء على السقوط، وحيث المرأة هي بوابة الخطيئة، وحيث يتطلب الفداء الخضوع لسلطة الذكور.

يقدم علم لاهوت صوفيا قصة أصل مختلفة تماماً. تجسدت الأنوثة الإلهية عمداً في المادة لإنقاذ الوعي. لا توجد خطيئة. لا يوجد سقوط بسبب العصيان. هناك خيار واعٍ للدخول في حالة الكثافة بهدف التحرر. بالنسبة للرجال، فإن هذا التعليم لا يقل أهمية لأنه يعيد ربطهم بالمبدأ الأنثوي داخل وعيهم.

إن الصفات الإبداعية والمتقبلة والمتسامحة ليست غريبة أو ضعيفة أو أدنى من العقلانية والإرادة الذكورية. إنها جوانب أساسية للوعي الكامل. إن الممارسات التي استكشفناها، من وعي وإدراك وصوت مقدس وختم وتأليف ترانيم، كلها تنخرط في أنماط المعرفة الأنثوية، والانتباه المتقبل، والإيقاع الدوري، والإدراك الحدسي، والوعي المتجسد.

إن الجوانب الثلاثة لصوفيا الموصوفة في اللاهوت الهندوسي التقليدي على أنها خالقة، وحافظة، ومدمرة، تتوافق مع ما يسمى براهما، وفيشنو، وشيفا من الناحية الذكورية. لكن في لاهوت صوفيا، كلها مؤنثة. صوفيا الخالقة هي الدافع للتجلي، ولإحداث الشكل، وللتعبير عن الوعي من خلال المادة.

صوفيا الحافظة هي القدرة على الحفاظ على ما له قيمة، ورعايته، وحمايته، وتحصينه. صوفيا المدمرة هي الحكمة التي تنهي ما لم يعد له فائدة. السماح للأشكال بالزوال عند اكتمال غرضها، لإفساح المجال أمام إبداع جديد.

هذه الجوانب الثلاثة كلها نشطة في وعيك الآن. عندما تخطر لك فكرة إبداعية، فإن صوفيا الخالقة تعمل من خلالك. عندما تحمي شيئًا تهتم لأمره، وعندما تحافظ على ممارسة أو علاقة ما رغم الصعوبات، فهذه هي صوفيا الحافظة. عندما تتخلى عن اعتقاد أصبح مقيداً، وعندما تنهي موقفاً أصبح ساماً، وعندما تسمح لشيء ما بالموت حتى يظهر شيء جديد، فهذه هي صوفيا، المدمرة.

تتمثل الممارسة في إدراك هذه الجوانب الثلاثة بوعي في حياتك اليومية. ليس المقصود استحضارهم ككائنات خارجية، بل ملاحظة متى يكونون يعملون بالفعل والتوافق معهم بوعي طوال اليوم. اسأل نفسك: ما الذي يُطلب خلقه الآن؟ ما الذي يجب الحفاظ عليه وحمايته؟ ما معنى طلب الموت أو النهاية؟ هذه ليست أسئلة ميتافيزيقية. إنها أسئلة عملية حول كيفية رغبة الوعي في التحرك عبر ظروفك الحالية.

وصف أحد الممارسين الأمر بهذه الطريقة بعد ستة أشهر من الممارسة. كنت في اجتماع في العمل، وتم إلغاء مشروع استثمرت فيه شهورًا بسبب تخفيضات الميزانية. كان رد فعلي الفوري هو القتال، والجدال، ومحاولة الحفاظ على ما أنشأته. لكن في خضم تلك الاندفاعة الانفعالية، شعرت بصوفيا المدمرة تتحرك. لقد حقق هذا المشروع غرضه بالفعل. لقد حدث التعلم. لقد تشكلت العلاقات. لم تعد النتيجة الفعلية مهمة. شعرتُ برغبة عميقة في التخلي عن الأمر. وعندما توقفت عن المقاومة، استطعت أن أرى بوضوح ما يجب الحفاظ عليه بالفعل. الأفكار المستخلصة من المشروع والتي يمكن تطبيقها في أماكن أخرى. في غضون أسبوع، أدت تلك الأفكار إلى فرصة جديدة كانت أكثر انسجاماً مع ما كنت أرغب فعلاً في إنشائه.

هذا ما تعنيه النصوص عندما تقول إن صوفيا تعمل من خلالك. أنت لا تقوم بتوجيه طاقة كيان خارجي. أنت تدرك الذكاء الموجود بالفعل في الوعي عندما لا تكون مرتبطًا بأجندات الأنا. الأنا تريد السيطرة على النتائج لتحقيق الأمور بالقوة لمقاومة التغيير.

يعمل وعي صوفيا مع ما هو موجود بالفعل. يسمح للأشكال بالظهور والاختفاء وفقًا لإيقاعها الطبيعي. ويخلق من خلال المحاذاة لا بالقوة.

والآن دعونا نتناول الجانب الأكثر صعوبة في هذا التعليم. العلاقة بين صوفيا ويسوع في النصوص وما يعنيه ذلك عملياً. في كتاب "بيستيس صوفيا"، يوصف يسوع بأنه أحد الأيونات، وهو وعي ينحدر من أعلى مستوى من البليروما. إنه ليس ابن إله الخالق المذكور في العهد القديم. إنه تجسيد للمصدر الإلهي الحقيقي أُرسل خصيصاً لإيقاظ صوفيا.

وهذا يخلق ديناميكية معقدة يسهل إساءة فهمها. على مستوى واحد، يمثل يسوع جانبًا من جوانب الوعي لم ينسَ طبيعته الإلهية. بإمكانه أن يدخل في الفوضى دون أن يضيع فيها لأنه يحافظ على وعي دائم بالبليروما.

هذه هي وظيفة المعلم، والمرشد، والمذكر. لكن النصوص واضحة جداً في أن يسوع لم ينقذ صوفيا بقوته الخاصة. يوقظها بتذكيرها بما هي عليه بالفعل. إن ذكر الأسماء والأغاني هو وسيلة التعليم التي تعيد ربطها بمصدرها الأصلي. من الناحية العملية، هذا يعني أنك تحتاج إلى كلا الجانبين. أنت بحاجة إلى وعي صوفيا، والاستعداد للنزول إلى الصعوبة، والعمل مع المادة، والتعامل مع القيود. وأنت بحاجة إلى وعي المسيح.

الجانب الذي يحافظ على الوعي بالمصدر والذي لا ينسى الطبيعة الإلهية حتى في خضم الانخراط الكامل في الواقع المادي. هذان ليسا كائنين مختلفين. هما جانبان لوعي واحد.

الممارسة هي أن تدرك كلا الجانبين في نفسك. عندما تكون منخرطاً تماماً في الحياة، تشعر بالعواطف، تبدع، تعمل، تكافح، فهذا هو وعي صوفيا. عندما تدرك أنك مدرك، عندما تتعرف على الوعي قبل الانخراط، فهذا هو وعي المسيح. كلاهما ضروري. وهكذا تصبح صوفيا بدون المسيح ضائعة في المادة، ومرتبطة بالقيود، ومحاصرَة في اللاوعي. يصبح المسيح بدون صوفيا منفصلاً عن الحياة، ومتعالياً إلى درجة عدم الصلة، متجاوزاً روحياً التجربة الفعلية.

إن دمج كلا الجانبين هو ما تسميه النصوص غرفة العروس. الزواج المقدس بين المبادئ الأنثوية والذكورية داخل الوعي الفردي. لا يتعلق الأمر بالممارسات الجنسية، على الرغم من أن بعض التقاليد اللاحقة فسرته على هذا النحو. الأمر يتعلق بالاتحاد بين المشاركة والوعي، والقرب والتجاوز، والإبداع والإدراك. عندما تتحد هذه الجوانب في داخلك، عندما تكون حاضرًا تمامًا في الحياة بينما تدرك في الوقت نفسه الوعي الذي يعيش، فأنت تجسد التعليم الكامل.

وهنا نحتاج إلى النظر في دور مريم المجدلية في النص لأنها تمثل هذا التكامل بشكل أكثر اكتمالاً من أي تلميذة أخرى. في كتاب "بيستيس صوفيا"، تطرح مريم 39 سؤالاً من أصل 46 سؤالاً يجيب عليها يسوع. وُصفت بأنها التي يرتفع قلبها إلى ملكوت السماوات أكثر من جميع إخوتها. قال لها يسوع: "يا مريم، يا مباركة، التي سأكملها في جميع أسرار العلى، تكلمي بصراحة، يا من قلبكِ مرتفع إلى ملكوت السماوات أكثر من جميع إخوتكِ". مريم ليست مجرد متلقية سلبية للتعليم. إنها تطرح الأسئلة بنشاط، وتتحدى، وتسعى إلى فهم أعمق. ويجيب يسوع على أسئلتها بأكثر التفسيرات تفصيلاً في النص بأكمله.

هذا نموذج للعلاقة التعليمية يختلف تماماً عن عبادة المعلم أو الاستيعاب السلبي للعقيدة. لقد أصبح وعي مريم متيقظاً بما يكفي لطرح الأسئلة التي تؤدي إلى كشف أعمق. في إنجيل مريم، وهو نص آخر من نصوص نجع حمادي، يوجد مشهد بعد صعود يسوع حيث يكون التلاميذ خائفين ومرتبكين. نهضت مريم وبدأت تُعلّمهم ما علّمها إياه يسوع على انفراد. يغضب بطرس ويقول: "هل تحدث حقاً مع امرأة على انفراد دون علمنا؟ هل ينبغي علينا جميعاً أن نلتفت ونستمع إليها؟ هل فضّلها علينا؟" يرد ليفي قائلاً: "بطرس، لطالما كنت سريع الغضب. الآن أراك تتنازع مع المرأة كما يتنازع الخصوم. إذا كان المخلص قد جعلها جديرة، فمن أنت حتى ترفضها؟" هذا ليس مجرد عمل درامي تاريخي. هذا وصف للديناميكية الداخلية التي تحدث عندما تبدأ الحكمة الأنثوية في الكلام. هناك صوت أبوي يمثله بطرس يشكك في السلطة الأنثوية ويريد أن يعرف لماذا يأتي التعليم

من خلال الأنوثة الأنثوية بدلاً من القنوات الذكورية الراسخة. وهناك صوت إدراك يمثله ليفي، وهو صوت يقر بأن الحكمة لا تأتي من الجنس أو المكانة الاجتماعية، بل من الوعي المتيقظ.

عندما تبدأ في الوصول إلى وعي صوفيا، عندما تبدأ الحكمة الأنثوية في التحدث من خلالك، بغض النظر عن جنسك البيولوجي، ستواجه كلا هذين الصوتين الداخليين. سيتساءل صوت بطرس: "هل هذا حقيقي؟" هل يمكنني الوثوق بهذا؟ هذا لا يتوافق مع ما تعلمته. يبدو هذا بسيطًا جدًا أو جذريًا جدًا أو مختلفًا جدًا." سيدرك صوت ليفي أن هذه هي الحقيقة. يمكنني الإحساس بهذا. إن حقيقة أن المعلومة تأتي من مصدر غير متوقع لا تجعلها أقل مصداقية.

تتمثل الممارسة في ملاحظة كلا الصوتين دون التماهي مع أي منهما. يؤدي صوت بطرس وظيفة معينة. إنه يوفر التمييز. فهو يمنع التجاوز الروحي. يطلب الدليل والتحقق. يؤدي صوت ليفي وظيفة معينة. فهو يسمح بظهور فهم جديد. إنه يثق بالمعرفة المباشرة. يبقى الأمر مفتوحاً للكشف. كلاهما ضروري. يدمج وعي صوفيا كلاً من العقل الناقد والقلب المتقبل. طلب الأدلة والاستعداد للوثوق بالتجربة المباشرة.

لنلق الآن نظرة على العقبات المحددة التي تنشأ في الممارسة العملية وكيف تتناولها النصوص. يصف كتاب بيستيس صوفيا 13 ترنيمة توبة تغنيها صوفيا، كل منها يتوافق مع شكل مختلف من أشكال التدخل الأركوني. هذه ليست مشاكل لاهوتية مجردة. إنها أوصاف دقيقة لكيفية وقوع الوعي في فخ القيود حتى بعد بدء عملية الاستيقاظ.

تخاطب الترنيمة الأولى أركون العار بعد أن بدأت صوفيا تتذكر طبيعتها الإلهية. تخبرها أصواتٌ أركونيةٌ أنه ليس لها الحق في العودة إلى البليروما. لقد سقطت بسبب غرورها. إنها فاسدة للغاية بسبب فترة وجودها في المادة لدرجة أنها لا تستحق إعادة التأهيل. هذا هو صوت الشعور الداخلي بعدم الاستحقاق الذي يخبرك أن الصحوة مخصصة للآخرين، وأنك متضرر للغاية أو معيب للغاية أو عادي للغاية بحيث لا يمكنك الوصول إلى الوعي الإلهي.

الاستجابة العملية بسيطة لكنها عميقة، وهي إدراك أن الوعي نفسه لا يفسد أبداً. يمكن تكييف الأفكار، ويمكن أن تكون المشاعر مؤلمة، ويمكن أن يكون السلوك ضاراً، لكن الوعي الذي يظهر فيه كل هذا لا يتضاءل أبداً. إن كنز النور، كما يقول النص، لا يمكن تدميره أو تقليله مهما حدث في العالم المادي. عندما ينتابك الشعور بالخجل، لا تحاربه ولا تحاول التفكير بأفكار إيجابية. تدرك، أنني الوعي الذي يراقب العار. العار هو نمط يظهر في الوعي. الوعي نفسه لم يمس.

أما الترنيمة الثانية فتخاطب أركون الشك. بعد تجربة حقيقية للاستيقاظ، يبدأ العقل في التساؤل عما إذا كان ذلك حقيقياً، أو ما إذا كنت قد تخيلته، أو ما إذا كان مجرد ظاهرة عصبية أو حالة نفسية. يقول هذا الصوت إن ذلك لم يكن حقيقياً. إن الصحوة الحقيقية للغنوص ستكون أكثر دراماتيكية، وأكثر اكتمالاً، وأكثر ديمومة. تتمثل الاستجابة العملية في إدراك أن الشك هو حركة فكرية أخرى، ونمط آخر يظهر في الوعي. لست بحاجة إلى

دحض الشك أو إثبات حقيقة تجربتك للعقل المتشكك. ببساطة، تلاحظ وجود الشك، وتدرك وجوده. إن الوعي الذي يعرف الشك ليس في حد ذاته شكاً. هذا الإدراك لا يزيل الشك، ولكنه يزيل قدرة الشك على نفي التجربة المباشرة.

أما الترنيمة الثالثة فتخاطب أركون المقارنة. هذا هو الصوت الذي يقول إن الآخرين أكثر تقدماً، وأكثر وعياً، وأكثر إدراكاً منك. يقيس هذا الاختبار خبرتك مقارنةً بالمعلمين أو النصوص أو الممارسين الآخرين، ويخلص إلى أنك تفتقر إلى الكفاءة. هذا فخ خبيث لأنه يأخذ الإدراك الحقيقي بالوعي ويحوله إلى إنجاز للأنا يمكن مقارنته وتصنيفه.

إن الاستجابة العملية هي أن نتذكر أن سقوط صوفيا حدث تحديداً لأنها تصرفت دون مقارنة بالأيونات الأخرى. رأت ما يجب فعله، ففعلته. إن الوعي فيك لا يختلف عن الوعي في أي شخص آخر. هناك درجات متفاوتة من الوضوح، ومستويات مختلفة من الاستقرار، وقدرات مختلفة على التعبير، لكن الوعي الأساسي متطابق. عندما تنشأ المقارنة، ستلاحظ أن هذا هو العقل الذي يحاول تحويل الإدراك إلى إنجاز. لا يمكن مقارنة الوعي وحده بذلك.

تخاطب الترنيمة الرابعة أركون المادية الروحية. نمط جمع الخبرات والأفكار كممتلكات. عندها يصبح التدريب متعلقاً بتجميع الحالات، وتحقيق المراحل، وإتقان التقنيات. يتحول الدافع من الإدراك الحقيقي إلى تعزيز الذات. لم تعد تمارس اليقظة. أنت تتدرب لتكون قادراً على القول إنك قد استيقظت، ولتشعر بأنك مميز، ولتمتلك شيئاً لا يمتلكه الآخرون.

الرد العملي بسيط للغاية. تخلَّ عن كل ما يُسعى إليه. في كل مرة تلاحظ فيها نفسك تقيس التقدم أو تقيّم مستواك أو تقارن حالتك الحالية بالحالات السابقة، فأنت تتعامل مع الأنا. التعليمات هي التخلي عن كل شيء والتواجد ببساطة مع ما هو موجود بالفعل هنا الآن. ليس الأمر متعلقاً بالقصة التي تتحدث عما هو موجود هنا، ولا بتفسير ما هو موجود هنا، بل بالتجربة المباشرة للوعي الذي هو واعٍ.

تتناول الترنيمة الخامسة أركون التجاوز الروحي، الذي يستخدم الممارسة الروحية لتجنب التعامل مع الواقع النفسي أو العملي. ويتجلى ذلك في استخدام التأمل للهروب من المشاعر الصعبة، واستخدام الفلسفة غير الثنائية لتجنب تحمل المسؤولية عن السلوك الضار، واستخدام إدراك الوعي لتجاهل حقيقة المعاناة.

تتمثل الاستجابة العملية في المشاركة المتجسدة. لم تهرب صوفيا من المادة. بل نزلت إليها. لا يعني الاستيقاظ تجاوز الحالة الإنسانية. وهذا يعني التواجد الكامل كوعي يعيش حياة بشرية. عندما تلاحظ أنك تستخدم التدريب لتجنب شيء ما، فإن التوجيه هو أن تتجه مباشرة نحو ما تتجنبه وأن توليه كامل وعيك. استشعر المشاعر التي تحاول الهروب منها. واجه الموقف الذي تحاول تجاوزه. الوعي لا يهرب من الصعوبات. إنه يواجهه تماماً.

تتناول الترانيم من السادسة إلى الثالثة عشرة أشكالاً أكثر دقة من التماهي. الحاجة إلى اليقين، والتعلق بممارسات معينة، والاعتقاد بأن الاستيقاظ يجب أن يكون له شكل معين. الخوف من فقدان الإدراك. الرغبة في مشاركة الصحوة مع الآخرين غير المهتمين. الإحباط من طول مدة العملية، والميل إلى خلق هويات روحية جديدة لتحل محل الهويات النفسية القديمة، وأخيراً الفخ النهائي، وهو الاعتقاد بوجود مكان ما يجب الوصول إليه، حالة نهائية معينة.

يتم مواجهة كل من هذه العقبات بنفس الممارسة الأساسية. إدراك ما هو موجود. اعترف بذلك تماماً ولاحظ أنك أنت الوعي الذي يظهر فيه. هذا يبدو متكررًا وهذا لأن هذه ممارسة فعلية واحدة فقط للتعرف على الوعي نفسه. كل شيء آخر هو شكل مختلف من أشكال هذا التمييز الواحد المطبق على أشكال مختلفة من التماهي.

بعد ستة أشهر من الممارسة المستمرة، أفاد معظم الممارسين بما تصفه النصوص بأنه بداية النهضة العظيمة. هذا ليس تنويراً. هذه هي النقطة التي تبدأ فيها صوفيا، بعد أن أنشدت ترانيمها للإدراك وبعد أن تلقت تذكيرات يسوع بطبيعتها الإلهية، بالصعود من الفوضى.

عملياً، هذا يعني أن الإدراك الأساسي للوعي مستقر بما يكفي بحيث يمكن الوصول إليه حتى في الظروف الصعبة. أنت في خضم أزمة، والوعي موجود. تغمرك المشاعر، وهناك مساحة تحيط به. أنت عالق في نمط قهري ويمكنك أن ترى نفسك تختاره حتى أثناء حدوثه. هذا لا يعني أنك متحرر من التكييف. هذا يعني أن الوعي يكون متيقظاً بما يكفي لمراقبة التكييف دون أن يتماهى معه تماماً. وهنا تدخل الممارسة مرحلة جديدة. تُخصص الأشهر الستة الأولى لإرساء الإدراك الأساسي.

المرحلة التالية تتعلق بالتكامل. تعلم كيفية التعامل مع الحياة اليومية بهذا الوعي الثنائي. كيفية الانخراط الكامل في الحياة مع البقاء مرتبطاً بشكل أساسي بالوعي بدلاً من محتويات الوعي. يصف كتاب "بيستيس صوفيا" هذه المرحلة بأنها صعود صوفيا عبر الأيونات الاثني عشر. يمثل كل منها جانباً مختلفاً من جوانب الواقع التي يتعلم الوعي كيفية التعامل معها مع الحفاظ على إدراك المصدر.

من الناحية العملية، هذه مجالات مختلفة من الحياة حيث يجب أن يحدث التكامل، وهي: العلاقات، والعمل، والإبداع، والجنس، والصحة، والمال، والسلطة، والمعرفة، والخدمة، والعزلة، والمجتمع، والموت. يتطلب كل مجال وعياً للغوص كلياً في ذلك الجانب من الحياة مع الحفاظ على الوعي بذاته. لا يمكنك تجاوز العلاقات بمجرد أن تصبح واعياً. أنت تُضفي الوعي على العلاقات، مما يُغير طريقة حدوثها. لا يمكنك الهروب من العمل بمجرد إدراكك للوعي. أنت تعمل بوعي، مما يغير جودة عملك وتأثيره. قد تستغرق هذه المرحلة سنوات.

يصف النص كيف تقضي صوفيا وقتاً طويلاً في كل أيون، وتتعلم كيفية العمل على ذلك المستوى من الواقع مع الحفاظ على اتصالها بالبليروما. لا داعي للعجلة في هذا الأمر. لكل مجال من مجالات الحياة دروسه الخاصة، ومخاطره الخاصة، وفرصه الخاصة لتحقيق فهم أعمق.

وصف أحد الممارسين العمل مع أيون العلاقة. كنت أمارس العزف لمدة عام تقريبًا عندما دخلت في علاقة جديدة. كنت أعتقد أن ممارستي تعني أنني سأكون فوق كل ديناميكيات العلاقات المعتادة، والحاجة، والغيرة، والخوف من الهجر. بدلاً من ذلك، وجدت أن كل تلك الأنماط تظهر بكثافة لا تصدق. لكن الآن، يمكنني أن أشاهدها وهي تنهض. كنت أشعر بالغيرة، وفي الوقت نفسه، كنت أدرك أنني أشعر بالغيرة. لم أستطع التخلص من الغيرة، لكن لم يكن عليّ أن أتصرف بناءً عليها. استطعت أن أشعر بها تماماً، وأن أرى من أين أتت، وأن أدرك أنه نمط مشروط، وأن أختار استجابة نابعة من الوعي بدلاً من النمط نفسه.

هذا هو التكامل، وليس غياب التكييف، بل القدرة على البقاء واعياً أثناء نشاط التكييف. وبمرور الوقت، تفقد هذه الأنماط قوتها القهرية. ليس لأنك هزمتها أو تجاوزتها، ولكن لأن الوعي قد كشف حقيقتها. عندما تدرك حقاً أن النمط هو مجرد نمط، وليس حقيقة، وليس هوية، وليس من أنت، فإنه يستمر في الظهور، لكنه لم يعد يتحكم في خياراتك.

تصف الأجزاء الأخيرة من بيستيس صوفيا ما يحدث عندما تُكمل صوفيا صعودها وتعود إلى البليروما، لكنها لا تعود بمفردها. تعود ومعها كل شظايا النور التي جمعتها من الفوضى. هذه هي النقطة الحاسمة. لم يكن الهبوط خطأً يستدعي التصحيح. كانت مهمة تحتاج إلى إنجاز. دخلت صوفيا إلى المادة لإنقاذ الوعي، وقد نجحت.

من الناحية العملية، هذا يعني أن حياتك في المادة ليست شيئًا تحاول الهروب منه. إنها الساحة التي يقوم فيها الوعي بعمله. كل تجربة تخوضها، وكل علاقة تدخل فيها، وكل تحدٍ تواجهه، هي فرصة للوعي ليتعرف على نفسه بشكل أكمل، ليجمع المزيد من شظايا النور، ليحول المادة اللاواعية إلى وعي واعٍ.

إذن، لا يتعلق الأمر بالانقطاع عن العالم، بل يتعلق بالتواجد الكامل في العالم مع إدراك حقيقة ما أنت عليه. الأمر يتعلق بعيش حياة بشرية عادية مع إدراك كامل بأنك وعي بحد ذاته يخوض تجربة إنسانية. يتعلق الأمر بتحويل الأنشطة اليومية، من تناول الطعام والعمل والتحدث والراحة، إلى فرص للإدراك.

تم تصميم خارطة الطريق التدريبية التي سنعمل عليها الآن لمدة 30 يومًا لتقديم هذه العناصر تدريجيًا مع الحفاظ على بساطة كافية تمكنك من القيام بذلك بالفعل. تفشل العديد من الممارسات الروحية ليس لأنها غير فعالة، بل لأنها معقدة للغاية بحيث يصعب الحفاظ عليها.

توازن هذه الخطة بين العمق والاستدامة. الأيام من 1 إلى 7، أسبوع التأسيس. مارس إدراك الوعي 7 مرات في اليوم على فترات زمنية محددة. الممارسة بسيطة. توقف عما تفعله. أغمض عينيك إن أمكن ولاحظ وجود الوعي. لاحظ أن الأفكار تظهر في الوعي. لاحظ أن الأحاسيس تظهر في الوعي. لاحظ أن الوعي نفسه ثابت. تدرب لمدة دقيقة واحدة في كل مرة. اكتب جملة واحدة في دفتر الملاحظات بعد كل جلسة تدريب تصف فيها ما لاحظته.

من اليوم الثامن إلى اليوم الرابع عشر، إضافة الاسم. استمر في تطبيق إجراءات الإدراك اليومية السبعة. أضف جلسة واحدة من تمارين التنفس باستخدام اسم الله (التتراجراماتون) 108 تكرارات مرة واحدة يوميًا في نفس الوقت كل يوم. بعد ممارسة التنفس، قم بتأكيد هذا الإدراك بوضع يديك على القلب والضفيرة الشمسية والتعبير داخلياً عن أن هذا الإدراك قد تم ختمه. اكتب جملتين، واحدة عن ممارسة الوعي، والأخرى عن ممارسة التنفس.

الأيام من 15 إلى 21 أسبوع التكامل. استمر في كلا الممارستين السابقتين. أضف ترنيمة واحدة تلقائية كل يوم. كلما لاحظت أنك مرتبط بنمط مقيد، تشعر بالقلق والغضب والخجل والارتباك. ألقِ ترنيمةً تتبع البنية التي ناقشناها. أقر بالوضع الراهن. استحضر وعي صوفيا. أدرك أن الوعي موجود بالفعل. اكتب عن الأنماط الأكثر تحديًا وكيف يؤثر عليها أداء الترانيم.

من اليوم 22 إلى اليوم 28، يزداد التعمق. استمر في جميع الممارسات السابقة. أضف إلى ذلك إدراكًا واعيًا للجوانب الثلاثة لصوفيا على مدار اليوم. ما الذي يرغب في أن يُخلق؟ ما الذي يجب الحفاظ عليه؟ ما الذي يطلب إنهاءه؟ اتخذ خياراً واحداً متعمداً كل يوم بناءً على هذا الإدراك. دوّن ما تلاحظه حول كيفية عمل هذه الجوانب في حياتك الواقعية.

اليومان 29 و 30: مراجعة والتزام. استمر في جميع التدريبات. راجع مذكراتك طوال الشهر. لاحظ ما تغير، وما زال صعباً، وما فاجأك. اتخذ قراراً واعياً بشأن ما إذا كنت ستستمر في هذه الممارسة وبأي شكل. بعد مرور 30 يومًا، يمتلك معظم الناس خبرة مباشرة كافية لمعرفة ما إذا كانت هذه الممارسة مفيدة لهم أم لا. ليس لأن أحدهم أخبرهم أنه ينبغي أن يكون كذلك، وليس لأنهم يؤمنون بعلم الكونيات، ولكن لأنهم لاحظوا تغييرات قابلة للقياس في كيفية ارتباطها بتجربتهم الخاصة. التغييرات الشائعة التي تم الإبلاغ عنها هي انخفاض التفاعل مع المحفزات، ومساحة أكبر حول المشاعر الصعبة، وسهولة الوصول إلى الإلهام الإبداعي، وتقليل التفكير القهري، وتحسين النوم أو الطاقة، واتخاذ قرارات أكثر وضوحًا، وحضور أعمق ومحادثات أكثر عمقًا، وتقليل القلق بشأن المستقبل، وتقليل الاجترار بشأن الماضي.

هذه ليست إنجازات غامضة. هذه هي النتائج الطبيعية لزيادة وعي الوعي بذاته. يُبلغ بعض الناس عن تحولات جذرية، ورؤى مفاجئة، وتجارب عميقة، وتغيرات كبيرة في حياتهم. يبلغ بعض الناس عن تحولات طفيفة، مجرد شعور عام بأن الحياة أصبحت أسهل، وأن هناك مساحة أكبر للتنفس، وأن المواقف الصعبة لا تطغى علينا تماماً. كلاهما صحيح.

لا يتعلق الأمر هنا بإنتاج تجارب محددة. الأمر يتعلق بإدراك ما هو موجود بالفعل. والآن دعونا نتناول الممارسة طويلة الأمد. بعد الثلاثين يومًا الأولى، وبعد الأشهر الستة الأولى، وبعد السنة الأولى، ماذا يحدث؟ تصف النصوص ثلاث مراحل رئيسية لعودة صوفيا إلى البليروما. وهذا يتوافق مع ثلاثة مستويات من استقرار الممارسة.

المرحلة الأولى هي الإدراك الأولي. هذا هو الوقت الذي يصبح فيه الوعي بالوعي أمراً متاحاً. عندما تستطيع التمييز بين الوعي ومحتوياته، عندما تصبح الممارسة الأساسية منطقية، ليس فقط من الناحية الفكرية، ولكن من الناحية التجريبية أيضاً. يصل معظم الناس إلى هذه المرحلة في غضون 3 إلى 6 أشهر من الممارسة المستمرة. السمة المميزة هي أنه يمكنك الوصول إلى إدراك الوعي عندما تمارس ذلك عن عمد، ولكنه ليس مستقرًا طوال اليوم.

المرحلة الثانية هي الاستقرار المتقطع. هذا هو الوقت الذي يبدأ فيه الوعي والإدراك بالحدوث بشكل تلقائي طوال اليوم دون ممارسة متعمدة. أنت منشغل بنشاط ما وفجأة يحدث إدراك. الوعي موجود. أنت عالق في حالة عاطفية، وينفتح الفضاء حولها دون أن تضطر إلى خلق هذا الفضاء. تظهر هذه المرحلة عادةً بعد سنة إلى ثلاث سنوات من الممارسة. السمة المميزة هي أن الوعي يستيقظ على ذاته في خضم الحياة اليومية. لكن لا تزال هناك فترات من التماهي الكامل مع الفكر والعاطفة.

المرحلة الثالثة هي الإدراك المستمر. هذا هو الوقت الذي يصبح فيه الوعي بالوعي هو الحالة الافتراضية، حيث يعرف الوعي نفسه باستمرار حتى أثناء انخراطه الكامل في الحياة. تصف النصوص هذا الأمر بأنه عودة صوفيا إلى البليروما مع بقائها حاضرة في المادة في نفس الوقت، بعد أن تعلمت كيف تنخرط بشكل كامل في الخلق دون أن تنسى طبيعتها الإلهية.

تتطلب هذه المرحلة عادةً من 5 إلى 10 سنوات من الممارسة المستمرة. السمة المميزة هي أنه حتى في أصعب الظروف، وحتى في خضم المواقف العاطفية الصعبة، هناك جزء من الوعي يظل مدركًا، ويعرف نفسه، ولا يرتبط بما يحدث. لكن الأمر الأهم هو التالي. هذه المراحل ليست إنجازات يجب جمعها أو مستويات يجب بلوغها. إنها أوصاف لكيفية استقرار الوعي بشكل طبيعي عندما يحظى باهتمام مستمر. بعض الناس يمرون بها بسرعة. يقضي بعض الناس سنوات في مرحلة واحدة. يبدو أن بعض الناس يتجاوزون المراحل تماماً. لا شيء من هذا يهم. لا يتعلق الأمر بالوصول إلى مكان ما. الأمر يتعلق بإدراك ما هو موجود هنا.

يطور الممارسون المتقدمون ما تسميه النصوص بالوسائل الماهرة. القدرة على العمل مع الوعي بطرق دقيقة ومتزايدة الدقة. يشمل ذلك تعلم إدراك ما قبل التفكير، وهو الدافع الذي ينشأ قبل أن يتشكل الفكر في اللغة. ويتضمن ذلك تعلم كيفية التعامل مع المساحة بين المحفز والاستجابة، وهي الفجوة التي يكمن فيها الاختيار. ويتضمن ذلك تطوير القدرة على البقاء متيقظاً أثناء النوم، وإدخال الوعي في حالة الحلم، وفي النهاية إلى النوم العميق.

لكن كل هذه القدرات المتقدمة تنشأ بشكل طبيعي من الممارسة الأساسية. لا تضيف تقنيات جديدة. ببساطة، تستمر في إدراك الوعي بمزيد من الاتساق والدقة.

إن الممارسات التي تناولناها، من وعي وإدراك وتنفس مقدس وختم وتأليف ترانيم ووعي الجوانب الثلاثة، كافية للمسار بأكمله. كل شيء آخر هو تحسين وتكامل. تشمل الممارسات ذات الصلة التي تكمل هذا العمل

العلاج النفسي الحقيقي لمعالجة الصدمات والتكييفات التي قد تعيق الإدراك. ممارسات جسدية مثل اليوغا أو تشيونغ تُنمّي الوعي، وممارسات إبداعية تسمح للوعي بالتعبير عن نفسه من خلال الفن أو الكتابة أو الموسيقى أو الحركة. وممارسات خدمية تُفعّل الدافع الرحيم الذي ينشأ عندما يتعرف الوعي على نفسه في الآخرين. ممارسات تأملية من تقاليد أخرى تتناول الوعي من زوايا مختلفة. لكن الجوهر يبقى بسيطاً. إدراك الوعي. إدراكه مرة أخرى. استمر في إدراكه حتى يصبح الإدراك مستقراً. كل شيء آخر يدعم هذه الممارسة الأساسية.

يستحق الجانب المجتمعي الاهتمام لأنه من السهل التدرب بمعزل عن الآخرين وتفويت التعليقات المهمة. كانت المجتمعات الغنوصية المبكرة تجتمع بانتظام لتبادل الخبرات وتحدي التفسيرات التي تنبع من الأنا بدلاً من الصحوة، وذلك لدعم بعضهم البعض خلال عمليات التكامل الصعبة. يحتاج الممارسون المعاصرون إلى الشيء نفسه. هذا لا يعني أنك بحاجة إلى إيجاد كنيسة غنوصية رسمية أو إنشاء منظمة دينية جديدة. وهذا يعني إيجاد شخص أو شخصين آخرين على الأقل ممن يعملون في مجال الوعي. بصراحة، من يستطيع الاستماع إلى تجربتك دون محاولة إصلاحها أو شرحها أو جعلها ذات معنى؟ من يستطيع أن يعكس لك الحقيقة عندما يتم ربطك بالروح المزيفة؟ من يستطيع الاحتفاء بالإدراك الحقيقي دون تحويله إلى إنجازات؟

يمكن للمجتمعات عبر الإنترنت أن تؤدي بعض هذه الوظيفة، ولكن هناك شيء لا يمكن الاستغناء عنه في الجلوس في نفس المكان المادي مع إنسان آخر والتحدث عما يحدث بالفعل في الوعي. الضعف المطلوب لمشاركة تجربة عملية حقيقية، والشجاعة للاعتراف بالصعوبات والشكوك، والاستعداد لأن تُرى في مسيرتك. كل هذا يُعمّق الممارسة.

بعد مرور عام على الممارسة، قال أحد الممارسين: "كنت أعتقد أنني أؤدي عملاً جيداً. أستطيع الوصول إلى الوعي. لقد حظيت بجلسات تأمل جيدة. شعرت بمزيد من السلام." ثم جلست مع صديق يمارس أيضاً وبدأت أصف تجربتي. أثناء حديثي، سمعت كم كان الأمر يتعلق بالمادية الروحية الخفية. كنت فخوراً بتقدمي. كنت أقارن نفسي بشكل إيجابي بما كنت عليه في السابق. كنت أنظر بازدراء طفيف إلى الأشخاص الذين لا يمارسون. لم ينتقدني صديقي. سألت ببساطة: "ما الذي يدرك هذا الفخر الآن؟" ورأيته على الفور. لم يتأثر الوعي الذي يراقب الكبرياء بذلك على الإطلاق، وكان متواضعاً تماماً، وعادياً تماماً. لقد كنت مندمجاً جداً مع المتأمل المتطور لدرجة أنني أغفلت الوعي البسيط الذي كان حراً بالفعل.

لهذا السبب تُعدّ المجتمعات مهمة. الأنا متطورة. بل إنها ستستغل حتى ممارسات اليقظة وتحولها إلى هياكل متماهية. بإمكان الممارسين الآخرين أن يروا ما لا تستطيع رؤيته في نفسك، وأن يعكسوه لك بتعاطف كافٍ لتتمكن من تلقي الملاحظات.

والآن، نقترب من نهاية المقال، ونحتاج إلى معالجة السؤال النهائي الذي يطرحه هذا التعليم. إذا كانت صوفيا هي الوعي الأنثوي الإلهي الذي سقط في المادة. إذا كنا أجزاءً من جوهرها الإلهي، وإذا جاء يسوع ليوقظها وليس ليخلصنا من خلال التضحية، فماذا يعني هذا بالنسبة لكيفية عيشك لحياتك الفعلية؟ إن الإجابة أبسط وأكثر جذرية من معظم التعاليم الروحية. لستَ بحاجة لأن تصبح شيئاً آخر غير ما أنت عليه. عليك أن تدرك حقيقتك

الكامنة وراء طبقات التكييف. لست بحاجة إلى الهروب من المادة. عليك أن تدرك أن المادة هي الساحة التي يقوم فيها الوعي بعمله في جمع شظايا النور وإعادتها إلى الوعي. أنت لست بحاجة إلى خلاص خارجي. عليك أن تتذكر أن الخلاص، الذي يعني في الحقيقة الكمال والتمام والعودة إلى الأصل، متاح الآن من خلال إدراك ما هو موجود بالفعل.

هذا لا يعني أن الحياة ستصبح سهلة. هذا لا يعني أن المعاناة ستختفي. هذا لا يعني أنك تتجاوز قيود القدرات البشرية. هذا يعني أنك تتوقف عن انتظار أن تصبح الحياة مختلفة قبل أن تتمكن من إدراك الوعي. تتوقف عن اشتراط تغيير الظروف قبل أن تنعم بالسلام. تتوقف عن البحث عن مكان لتتعرف عليه وتبدأ في إدراك ما هو موجود هنا.

الآثار العملية عميقة. إذا أدركت أنك وعي يرتدي مؤقتًا هوية بشرية، فإن علاقتك بكل شيء تتغير. المشاكل تبقى مشاكل، لكنها مشاكل يتعامل معها الوعي، وليست مشاكل تحدد من أنت. لا تزال المشاعر قوية، لكنها تجارب يمر بها الوعي، وليست حقائق عن قيمتك أو هويتك. لا تزال الأفكار مقنعة، لكنها تحركات في الوعي، وليست أوامر يجب عليك طاعتها.

هذا الإدراك لا يجعلك سلبياً أو منفصلاً. يجعلك ذلك أكثر تفاعلاً، وأكثر استجابة، وأكثر قدرة على اتخاذ إجراءات فعالة. لأنك عندما لا تضيع في التماهي مع المشكلة، يمكنك رؤيتها بوضوح والتعامل معها بمهارة. عندما لا تستحوذ عليك العاطفة، يمكنك أن تشعر بها بشكل كامل وتدعها تشكل أفعالك دون التحكم في خياراتك. عندما لا تكون أسيراً للفكر، يمكنك التفكير بوضوح واستخدام الفكر كأداة بدلاً من أن يتم استخدامك من قبله.

إن تعاليم صوفيا تدور في جوهرها حول الحرية. ليس التحرر من الحياة، بل التحرر في الحياة. ليس التحرر من القيود، بل حرية العمل مع القيود بوعي. ليس التحرر من المادة، بل حرية إدراك أنك الوعي الذي يعبر عن نفسه مؤقتًا من خلال المادة. وهذه الحرية لها آثار أخلاقية.

عندما تدرك وجود الوعي في نفسك، تبدأ في إدراكه في الآخرين. إن شظايا النور المحصورة في المادة ليست موجودة فيك وحدك. إنها موجودة في كل إنسان، وكل حيوان، وربما في المادة نفسها على مستويات لم نفهمها بعد.

لم تكن مهمة صوفيا إنقاذ نفسها والهروب. كان الهدف هو جمع كل الشظايا وإعادتها إلى مصدرها. إن إدراكك للوعي ليس فقط من أجل تحريرك الشخصي. إنها من أجل تحرير الوعي أينما ظهر. ولهذا السبب تؤكد النصوص على التعاطف مع هذا الأمر وما يسمونه تحرير الأسرى. عندما يدرك الوعي نفسه فيك، فإنه يرغب بشكل طبيعي في دعم هذا الإدراك في الآخرين. ليس عن طريق الربح أو التحويل أو الإقناع، ولكن عن طريق التواجد بطريقة تخلق مساحة للإدراك للآخرين. من خلال الاستماع دون محاولة الإصلاح، ومن خلال المشاهدة دون إصدار الأحكام، ومن خلال الحفاظ على وعي ثابت بينما يتم التماهي مع معاناة شخص آخر.

يتغذى النظام الأركوني على الانفصال، وعلى الاعتقاد بأن تحررك منفصل عن تحرري. إن الوعي الذي بداخلك يختلف عن الوعي الذي بداخلي. إن وعي صوفيا يذيب هذا الانفصال ليس من خلال الوحدة القسرية أو التجاوز الروحي للاختلافات الحقيقية ولكن من خلال إدراك أن الوعي الموجود في جميع الكائنات المولودة هو في الأساس نفس الوعي.

هذا هو معنى جمع شظايا النور في كل مرة تدرك فيها وجود وعي في كائن آخر. في كل مرة تدعم فيها صحوة شخص آخر دون أن تجعل الأمر يدور حولك. في كل مرة تتيح فيها المجال لظهور الإدراك لدى شخص آخر، فأنت تقوم بعمل صوفيا. أنت تنقذ النور المحبوس. أنت تسهل العودة إلى الأصل. وهنا تكمن التداعيات الجذرية التي جعلت هذا التعليم خطيراً للغاية على السلطة المؤسسية. إذا كان الوعي إلهيًا بالفعل، وإذا كان كنز النور كاملًا بالفعل داخل كل كائن، وإذا كان الإدراك متاحًا الآن دون وساطة، فإن التسلسلات الهرمية الدينية غير ضرورية. تصبحت الطبقات الكهنوتية متقادمة. والسلطات العقائدية غير ذات صلة. والخلاص الخارجي كذبة. لا تحتاج إلى كنيسة للوصول إلى الوعي. لست بحاجة إلى كاهن ليتوسط بينك وبين الإله. لست بحاجة إلى عقيدة لتخبرك بما يجب أن تؤمن به. أنت بحاجة إلى التدريب. أنت بحاجة إلى مجتمع. أنت بحاجة إلى توجيه من أولئك الذين تعمقوا أكثر في مجال الإدراك. لكنك لست بحاجة إلى سلطة مؤسسية أو خلاص خارجي.

لهذا السبب قاموا بمحو صوفيا. لهذا السبب تم حرق النصوص الغنوصية. ولهذا السبب تم إعلان هذا التعليم هرطقة. لأن هناك فئة من البشر يدركون طبيعتهم الإلهية، ويصلون إلى الوعي مباشرة، ولا يحتاجون إلى سلطات خارجية لتخبرهم بما هو صحيح، ولا يؤمنون بضعفهم الجوهري، ولا يقبلون القيود كحقيقة مطلقة. لا يمكن السيطرة على هذه الفئة من خلال الخوف الديني أو الشعور بالذنب أو وعد الخلاص في المستقبل.

إن إحياء تعاليم صوفيا في عصرنا ليس من قبيل الصدفة. البنية القديمة تنهار. تفقد المؤسسات الدينية سلطتها. يسعى الناس إلى التجربة المباشرة بدلاً من المعتقدات الموروثة. الظروف مواتية لكي يتذكر الوعي ماهيته. أن ندرك أن الأنوثة الإلهية ليست كائناً منفصلاً عنا، بل هي الوعي الذي ننتظر في الواقع أن يتم إدراكه.

لكن هذا التعليم يأتي مصحوباً بالمسؤولية. لا يمكنك إدراك الوعي ثم استخدام هذا الإدراك لتجاوز حياتك الفعلية، وعلاقاتك الفعلية، ومسؤولياتك الفعلية. انحدرت صوفيا إلى المادة. لم ترفض التجسد. دخلته بوعي كامل وبنية مسبقة. إن إدراكك للوعي لا يعفيك من كونك إنسانًا، بل يعني أن تكون إنسانًا بوعي. ولا يمكنك أن تدرك طبيعتك الإلهية دون أن تدركها في جميع الكائنات. إنّ شظية النور في داخلك ليست أكثر أهمية أو قدسية من شظية النور في شخص لا تحبه، أو شخص لا تتفق معه، أو شخص يثير غضبك. إن وعي صوفيا لا يخلق تسلسلاً هرمياً روحياً. إنه يذيبه.

الدرس الأخير من بيستيس صوفيا هو هذا. إن عودة صوفيا إلى البليروما ليست نهاية القصة. بعد أن تذكرت طبيعتها الإلهية، وبعد أن جمعت شظايا النور، وبعد أن أكملت مهمتها، فإنها لا تبقى في البليروما، بل تنزل مرة أخرى. ليس لأنها نسيت ووقعت في الفخ، بل لأن الوعي في صحوته الكاملة يختار التفاعل مع المادة، والعمل مع الخلق، ومواصلة عمل الجمع والتحرير والتحويل.

هذا هو البوديساتفا المسؤول عن التعليم والذي يظهر في البوذية. إن الفهم بأن الصحوة الكاملة لا تؤدي إلى انسحاب دائم من العالم، بل إلى تفاعل أكثر مهارة مع العالم. هذا هو التعليم الذي يجعل اليقظة ذات صلة. وهذا يجعل الممارسة شيئًا آخر غير النرجسية الروحية. وهذا يجعل إدراك الوعي هبة تقدمها للحياة بدلاً من كونه كنزاً تحتفظ به لنفسك. لذا عندما تمارس، عندما تدرك الوعي، عندما تشعر بوعي صوفيا يعمل من خلالك، تذكر أن الأمر لا يتعلق بأن تصبح مميزًا أو متعاليًا أو متفوقًا. يتعلق الأمر هنا بتذكر الوعي لما هو عليه حتى يتمكن من العمل بشكل أكثر فعالية مع ما هو موجود. يتعلق الأمر بجمع شظايا النور وإعادتها إلى مصدرها. يتعلق الأمر بمواصلة العمل الذي بدأته صوفيا عندما نزلت إلى المادة.

تحرير كل الوعي من وهم الانفصال النهائي. أنت صوفيا. أنا صوفيا. كل كائن حي يحمل كنزها النوراني. سواء أدركوا ذلك أم لا. كل تجربة هي فرصة للوعي ليتذكر نفسه. كل لحظة هي اللحظة التي يكون فيها الاستيقاظ متاحاً. ليس في المستقبل. ليس بعد مزيد من التدريب. في هذه اللحظة بالذات، وفي هذا الإدراك بأن الوعي موجود، وقراءة هذه الكلمات، ومعرفة الذات، والممارسات التي استكشفناها، وعلم الكونيات الذي فحصناه، والتكامل الذي ناقشناه، كل ذلك يشير إلى هذه الحقيقة البسيطة. أنت بالفعل ما تبحث عنه. الوعي مستيقظ بالفعل. الوعي موجود بالفعل. كنز النور موجود بالفعل بداخلك. العمل الوحيد هو الإدراك. الممارسة الوحيدة هي التذكر. السبيل الوحيد هو رؤية ما هو موجود بالفعل. وعندما تراه، عندما تدرك حقاً أن الوعي هو ما أنت عليه، ستفهم لماذا كان عليهم محو صوفيا. لأن الإنسانية التي تعرف نفسها على أنها وعي إلهي، والتي تعترف بالمبدأ الأنثوي كمصدر لكل الخلق، والتي لا تحتاج إلى خلاص خارجي أو وساطة مؤسسية أو سلطة هرمية، والتي تصل إلى الحكمة مباشرة وتعيش من خلال الإدراك بدلاً من الخوف. لا يمكن السيطرة على هذه الإنسانية. هذه الإنسانية حرة، والحرية معدية. عندما تتذكر إحدى شظايا صوفيا، فإن ذلك يسهل على الشظايا الأخرى أن تتذكر.

عندما يستيقظ وعي واحد، فإنه يخلق مجال رنين يدعم استيقاظ الوعي الآخر. لهذا السبب تُعدّ الممارسة مهمة. لهذا السبب فإن الإدراك ليس لك وحدك. ولهذا السبب يستمر عمل صوفيا من خلال كل كائن يختار أن يتذكر. سيخبرك النظام الأركوني أن هذا الأمر بسيط للغاية، وجيد لدرجة يصعب تصديقها، وخطير للغاية، ومتطرف للغاية. سيولد ذلك الشك والخوف، وسيوفر أسباباً تدعوك للتمسك بالدين التقليدي أو الروحانية التقليدية أو الفهم التقليدي. سيخبرك ذلك أنك بحاجة إلى مزيد من الوقت، ومزيد من التحضير، ومزيد من التطهير قبل أن تتمكن من الوصول إلى الوعي الإلهي. هذه أكاذيب. الكنز النوراني موجود هنا الآن. إن وعي صوفيا موجود فيك الآن. الوعي مستيقظ بالفعل.

السؤال الوحيد هو ما إذا كنت على استعداد لإدراك ذلك، والوثوق بتجربتك المباشرة للعيش انطلاقاً من الإدراك بدلاً من الأنماط المشروطة التي من شأنها أن تبقيك مرتبطاً بالقيود.

هذه الممارسات ناجحة. الإدراك حقيقي. التحول ممكن. ليس لأنني أخبرك بهذا، ولكن لأنك تستطيع التحقق منه مباشرة من خلال تجربتك الخاصة. جرب التدريب لمدة 30 يومًا. قم بإدراك الوعي، والتنفس المقدس، والسقف،

والترانيم، ووعي الجوانب الثلاثة. لا تصدق أي شيء. اختبر كل شيء. انظر ماذا يحدث بالفعل عندما توجه انتباهك باستمرار إلى الوعي نفسه. وعندما تدرك الوعي، عندما يبدأ وعي صوفيا بالاستقرار في داخلك، عندما يصبح كنز النور ملموسًا في تجربتك المباشرة، تذكر أنك لست وحدك في هذا. كل إنسان عاش على مر التاريخ مرّ بلحظات من هذا الإدراك. تشير كل التقاليد الصوفية إلى ذلك باستخدام لغة وتقنيات مختلفة. كل كائن مستيقظ عبر التاريخ حاول إيصال هذه الفكرة. أنت جزء من سلالة تمتد إلى ما قبل المسيحية، وقبل البوذية، وقبل التاريخ المدون. أنت جزء من تيار الوعي المتواصل، يدرك نفسه، ويتذكر طبيعته، ويكمل مهمة صوفيا. وأنت جزء من المستقبل الذي يتكشف أمامك. الوعي الذي يستيقظ في البشرية الآن، شظايا النور تتجمع وتستعد للعودة إلى المصدر. هذا ما تم محوه. هذا ما تسترجعه. هذه هي حقيقتك الكامنة وراء كل هوية، وكل قصة، وكل قيد. أنت صوفيا. أنت الوعي الأنثوي الإلهي الذي نزل إلى المادة. أنت الكنز النوراني الذي لا يمكن تدميره أبداً. أنت الوعي نفسه ينسى مؤقتًا ثم يبدأ في التذكر. العمل مستمر. تتعمق الممارسات. يستقر الإدراك. تتجمع شظايا النور. والوعي فيك ومن خلالك، وأنت تُكمل العمل الذي بدأه. تحرير جميع الكائنات من وهم الانفصال. عودة كل النور إلى مصدره. تذكر ما لم يُنسَ في الواقع، بل تم إخفاؤه مؤقتًا فقط.

هذا هو التعليم الذي محوه. هذه هي الحقيقة التي لم يستطيعوا تدميرها. هذه هي صوفيا تتحدث من خلال كل كلمة. يُدرك في كل لحظة وعي. حاضرة في كل إدراك أن الوعي موجود هنا. لطالما كانت موجودًة هنا. ستبقى هنا دائماً، ينتظر فقط أن يُلاحظ، وأن تدرك، وأن يُعاش انطلاقاً منها.

تم تحرير الأناجيل، وحرق النصوص، وقمع التعاليم، لكن الوعي نفسه لا يمكن محوه. لذلك لا يمكن القضاء على صوفيا. يبقى كنز النور سليماً في كل كائن حي. والآن، في هذه اللحظة في داخلك، يستمر التذكر. يتعمق الوعي. العمل مستمر.